全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

The Way of
the Warrior-Trader

The Financial Risk-Taker's Guide to Samurai Courage, Confidence and Discipline

交易中的武士道

[美] 理查德·麦考尔（Richard D. McCall）◎著
邹青 王绵绵◎译

中信出版社 CHINA CITIC PRESS

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期

The Way of the Warrior-Trader

The Financial Risk-Taker's Guide to Samurai Courage, Confidence and Discipline

交易中的武士道

[美] 理查德·麦考尔◎著 邹 青 王绵绵◎译

中信出版社 · CHINACITICPRESS · 北京 ·

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开
理想藏书55188

图书在版编目(CIP)数据

交易中的武士道 /（美）麦考尔著；邹青，王绵绵译. —北京：中信出版社，2013.4
书名原文：The Way of the Warrior-Trader
ISBN 978-7-5086-3853-9
I. 交… II. ①麦… ②邹… ③王… III. 金融投资 IV. ①F830.59
中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第037536号

Richard McCall
The Way of the Warrior-Trader
ISBN 0-7863-1163-0
Copyright © 1997 by The McGraw-Hill Companies ,Inc
All Rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including without limitation photocopying, recording, taping, or any database, information or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.
This authorized Chinese translation edition is jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) and China CITIC Press.This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.
Copyright © 2013 by McGraw-Hill Education (Asia), a division of the Singapore Branch of The McGraw-Hill Companies, Inc. and China CITIC Press.
版权所有。未经出版人事先书面许可，对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播，
包括但不限于复印、录制、录音，或通过任何数据库、信息或可检索的系统。
本授权中文简体字翻译版由麦格劳-希尔（亚洲）教育出版公司和中信出版社合作出版。此版本经授权仅限在中华人民共和国境内（不包括香港特别行政区、澳门特别行政区和台湾）销售。
版权©2013 由麦格劳-希尔（亚洲）教育出版公司与中信出版社所有。
本书封面贴有McGraw-Hill education公司防伪标签，无标签者不得销售。
北京市版权局著作权合同登记号：01-2011-0404

交易中的武士道

著　　者：[美]理查德·麦考尔
译　　者：邹　青　王绵绵
策划推广：中信出版社（China CITIC Press）
出版发行：中信出版集团股份有限公司
（北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座　邮编　100029）
（CITIC Publishing Group）
承 印 者：中国电影出版社印刷厂

开　　本：787mm×1092mm　1/16　　印　　张：14.75　　字　　数：160千字
版　　次：2013年4月第1版　　印　　次：2013年4月第1次印刷
京权图字：01-2011-0404　　广告经营许可证：京朝工商广字第8087号
书　　号：ISBN 978-7-5086-3853-9 / F · 2839
定　　价：48.00元

版权所有 · 侵权必究
凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由发行公司负责退换。
服务热线：010-84849555　服务传真：010-84849000
投稿邮箱：author@citicpub.com

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

前　言

在日本武士界，老师和学生的关系向来十分亲密。所以，对于你踏入武士领域，尤其是交易中的武士领域，我表示热烈的欢迎。这也是为什么我想用这段特别的前言来建立我们之间的关系的原因。请注意，上一句中的关键词是“关系”和“前言”。我向你阐述的内容有可能改变你的一生，而且涉及武士的智慧，因此在此之前，我觉得先与你们建立起亲密的关系才最为适合。我希望随着学习的深入，我们之间能建立起某种特别的“联系”，即使只是“写信”也好。

我想你也许会同意，任何相互受益的关系，首先必须建立在相互信任的基础上，而且一方得向另一方敞开心扉。从过去的经验来看，为了让学生愿意倾听我讲授的内容，最终乐于学习并且学以致用，我认为有必要让他们对老师的现状和以往的经历有一定程度的了解。同样的，老师必须十分了解学生的个别需求，以及他们对彼此的关系和双方的努力抱有什么样的期望。既然你不嫌麻烦，还买了这本书，我想我能因此猜测出你的身份和动机。而这些猜测能告诉我，你对我们的关系抱有什么样的期望。

首先，你可能注意到了书中出现的“武士交易员”字样。因此，你很有可能是

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一名市场交易员，或者希望成为一名交易员。“武士”一词也许能让你想起以往的交易经历或对交易的看法，你觉得交易真是一种独特而又有挑战性的战争方式。如果果真如此，我希望你对以下两点能有更深的理解：

（1）武士道究竟是什么？

（2）如何培养自己的武士道精神，以提高个人的整体精神面貌和工作表现？

另外，你也可能注意到了“风险投资”这4个字。所以，你可能属于那种经常把辛苦赚来的钱在金融市场放手一搏，玩玩“战争游戏”的人。你也可能是期货交易员或股票交易员，或是房地产投资商，当然也可能是专门兼并濒临倒闭的企业，然后让其起死回生的人；你还可能是专门翻新旧车，然后将之重新出售的人；甚至可能干的活与别人也完全不同，像个职业牌手。

不论哪种情况，最有可能让你难以忘怀的应该是“风险”这个词了。尽管你很乐意拿钱来冒险，但风险活动会不可避免地让情绪受到影响，所以你也许想找到一个更好的方法来应对或抑制这种负面情绪，尤其当出现亏损、士气低落时。你也许希望找到一个在承担巨大风险的情况下，能规范自身行为、保持商业直觉的方法。

还有，可能吸引你注意的，是“勇气”、“自信”或者“自律”这些在书中出现的字眼。从过去的经历看，也许你知道在交易市场“扣动扳机”是如何可怕，让人不安。无论你进行过多少次模拟交易，当真正把钱用来投资时，情况则完全不同。因此，你想知道如何培养自信和自律，让现实交易实现与模拟交易一样的效果。

以上便是我对你的身份的猜测，也可能是你对本书和我们关系所抱有的期望。但是，无论是哪个词让你拿起这本书，与我开始这段阅读的旅程，我可以向你保证，你绝对不会失望，甚至完全可能超出你的预期。我很高兴地告诉你，即使武士

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

道最初的几个学习步骤，也能对你产生影响。此外，能与你携手这段旅程，并且建立起我们的关系，我感到十分荣幸。前文说道，敞开心扉能加深我们的感情，所以，我有必要简单地介绍我的个人经历，并提供相关背景资料，还有写作此书的目的。

首先，我向来喜欢冒险，内心总希望能看到事物的本质。有人说我有典型的水瓶座特征。从孩童时起直到现在，我就对别人的思想方法、行为方式特别着迷，也很想了解宇宙及其法则（武士称之为极真）对我们身体和精神所施加的影响。但也许有一点更为重要，我一直都有点“与众不同”（我猜你也一样），骨子里需要特立独行，走少有人走的路，还要在经济上自力更生，无论最终富甲一方还是穷困潦倒。换句话说，我本身就是一个适合在金融市场上冒险的人（我猜你也是一样）。而在我精通风险投资前，我的第一任妻子和许多借钱给我的人都对此表示不满。

有时，很难说是先有鸡还是先有蛋。就我而言，是由于从小接受日本武术的熏陶，由此对形而上的顿悟让我变得与众不同。抑或是我独特的心态，加上上天给我安排好的要走的路让我对武士道情有独钟。谁知道呢？但我觉得这些都无所谓，因为我对自己目前的境况和无数的学习经历感到十分高兴，无论是成功的还是失败的经历。幸好，这么多年过去后，我对学到的知识理解得越来越深刻，也积累了一些智慧——包括生活的体验、风险的本质以及承担风险的智慧。

我现在的生活方式就是日本人所说的简约的生活方式，它是一种舒适、不浮夸、简单的生活方式，这也许是经过多年禅道修炼的结果，因为它所倡导的是一种超越物质的理念。我最终发现，是人的内在精神让自己的家、自己的汽车和身上的衣服看起来特别而又有吸引力，而通常人们所认为的却完全与此相反。我再婚妻子的人品特别好，对我的工作也十分支持，可以说她是我的灵魂伴侣。我们有两个儿

我最终发现，是人的内在精神让自己的家、自己的汽车和身上的衣服看起来特别而又有吸引力，而通常人们所认为的却完全与此相反。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

子，正值青少年，而且他们在我的道场都拥有高级黑带资格。我的家人是我生命中十分特殊的人，身上似乎代表和体现出对衡量人生冒险价值的理解和欣赏，他们也知道实践武士道、用武士道思考问题的重要性。

在过去的25年里，我一直担任“武心社”道场的师范，经常练习和教授日本传统武士道和思辨方法，其中包括禅道。对此我倾注了大量心血、精力以及财力。除非短暂出现过的房租到期未缴，以及现在学生每月学费缴得慢了点儿的情况，对这些响应命运号召前来学习和实践武士真道的人，我从未后悔给他们的训练提供这么一个特别的环境。

师范的意思是总教练或指导员。道场则是实现个人成长、修炼，或者开悟的正规训练场所。但是，正如本例中一样，道场通常都与日本历史上传统的“武术”联系起来。武心社在字面上的意思是武士精神之地，这也从一开始暗示了我们的课程方向。这样，在我正式学习人类行为学，获得应用心理学博士学位之前，我就是一位业余的心理学家和创新者了。我似乎常常记得内心有个声音“告诫”我，武士的哲学和方法在各个场合都能派上用场。也许，武士的先祖从一开始就在背后观察着我的一言一行。谁知道呢？但无论这个内心的声音从何而来，我都感激不尽。

不管怎样，我在任何事物中都能看到“武士道”的影子，相信有一天你也会如此。但在从事咨询工作的15年里，我见证了无数次武士道为人们带来的成功，而此时心理学和其他语言都束手无策。我的工作包括心理危机干预、恐惧症控制、婚姻不和谐、大学或职业表现不佳、商业管理、提高销量和改善服务。此外，还帮助过一个电影明星战胜职业倦怠，取得了演艺事业的新突破。

在过去的这些年里，每当面对逆境或者困难局面，我都会从“武士的角度”寻求解决。对此，相信我的家人、朋友有时会觉得受不了，甚至偶尔道场的学生也会感到厌烦。但是，在大部分情况下，他们听从我的建议，运用武士道精神使结果出现好转，事后我都会无比庆幸之前的做法。但令我遗憾的是，人们想到武士或者武

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

士道时，脑中浮现的不是肢体冲突就是战争场面。虽然，表面看来这么想也无可厚非，但是对武士道最好的定义，是导致冲突或斗争的任何情况——无论是外在的也好，还是内在的也罢。这样在广义上，我们更能意识到把武士道运用到生活各个方面的必要性。

不管你信不信，在我看来，所有人都是武士，只是有些人生来就是，而有些人要经过后天的训练。而在不久前，我还不相信学习武士的悟性和智慧能带给每个人（不论职业）相同的价值和作用。但是，时机和命运把我轻轻地推进了一个全新的世界，并开创了一条充满挑战的道路，这让我重新认识到，在如今飞速发展且竞争激烈的世界里，武士道精神是何等的重要。有趣的是，这一“推进”，也让你我最终在此相遇！

所有人都是武士，只是有些人生来就是，而有些人要经过后天的训练。

1992年年末，我开始接触到金融风险行业。当时，一个长相斯文，说话温柔的绅士联系到我，希望我能帮他解决工作上的一个“特殊问题”。见面时，他介绍自己是一名商品期货交易员，我当时对这个职业所知甚少。这次见面，他耐心地给我讲解交易知识，尽量说得面面俱到。在他看来，这么做能为我清晰地描述问题的症结。

他从事交易和其他高风险投资多年，并且有了一定的成就，但都是作为平日的兼职而已。此外，他还通过细致的模拟交易，开发出一种新的交易系统，并有望因此赢利。然而，当真正的风险交易“开始实战”，他便感觉找不到方向。另外，他强烈希望能全身心地投入交易行业，彻底卸下现有工作上的担子，不再与其有瓜葛。

我这位从事交易和投资的新朋友又接着说，他读过孙武的《孙子兵法》以及宫本武藏的《五轮书》这类“武士心理学”书籍，觉得特别感兴趣。尽管如此，这些经典著作里的深层次含义对他个人以及交易都没有什么直接的帮助。后来，他从朋友处听说，我既是职业心理学家、武士历史学家，并且本身还是一位武士道大师，因此一直希望我能为他诠释武士的精神和智慧。他认为日本封建时代的武士，也许

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

是历史上最有成就的“职业冒险者”，因此还希望我能教会他这些精英武士具有的心态、技巧以及生活哲学等。

那次见面后，我开创了一门静修训练课程，取名为“净心”（后来演变为“禅心”）。“净心”在日语中的意思是“淬炼、纯洁武士的心灵，使之变为禅心”，当然，这也是这门课程的最终目标。这位从事风险交易的朋友带来了几名同事（都是不同行业的交易员），跟他一起参加这项试验性的课程。课程为期3天，其效果在我看来却是非常令人震惊的。这些交易界的“武士”——他们都是世界上非常受人尊敬的交易员（我后来才知道）——回到各自的工作岗位后，无论是个人生活还是在交易和投资领域，都重新找到了重心，也有了新的感悟。

几周过后，我对每位学员都进行了追踪调查，也由此发现了静修训练课程唯一需要改进的地方。调查时，他们每个人都热情地表示，之前接触的静修和武士道精神训练（现在也在修炼），是他们体验过的最让人充满力量的课程。但是，他们同样也指出，希望在真正开始静修训练，接受我给他们设置的各种武士“挑战”前，能阅读有关武士心理方面的书籍，以供预习。这样，他们就可以更好地接受和理解学习内容；在克服新手的学习瓶颈时，也能耗费更少的时间和精力。

我向来主张学习应该速成，因此我把学生的反馈牢记在心，在后来的学员训练开始前，为他们提供不同种类的书籍以供阅读。之所以是不同种类的书，原因很简单，就在于没有任何一本书能够涵盖武士道的重要方面，并且做到语言清晰明了，简单易懂。另外，很多这类书籍都会出现文辞错误，让人看不懂书中的很多重要原理。

上述两个问题，导致大多来参加静修训练的学员，没有花费足够多的时间来阅读我要向他们阐述的内容。即使真有人把书看完了，由于书中对武士道的阐述抽象难懂，学员前来训练时也常常带着一连串的困惑和疑问。因此，我日益明显地感受到，有必要编写一本类似手册的书，向你们这样的职场人士介绍这一重要又有价值的主题。此外，该书还应该对武士道精神有清晰详细的解释，并教你们如何获得这

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

些久经考验的训练方法。

你可能已经猜到，正因为如此，写作本书的念头就已经在我的脑中萌发，我有种要实现这一计划的冲击，并最终把书带到你们面前。自从开始写作以来，我就没想过这本书能否给我带来财富和名声。我只希望，通过介绍史上最成功的职业冒险者——武士，并探寻他们的内心和训练方法，满足各位的需要和对本人的期待。此外，我还希望你通过本书捕获一丝灵感，实现个人开悟。当然，能得到多少灵感和好处得靠你们自己了，因为无论你学到或经历了什么，只有你自己才能掌控自己的命运。

同样的，我也必须肩负起自己命运的职责，因此，我凭直觉选择了另一项具有潜在价值的工作，并担上了财务上的风险。我放弃了收入稳定的心理咨询工作和大学教师的职位，把全部精力献给你们这样的武士交易员，踏上了即将启程的新旅途。所以不管怎样，在真正意义上，是我们一起开始新旅程。后面的章节代表了我过去将近30年以来，学习、观察、体验日本武士传统和武士道的感悟。我不敢说找到了所有答案，但是我对很多真理都深有体会，这些真理简单生动，很多都将在本书中得到揭示。

为便于参考，以及希望各位尽快将武士智慧运用到金融风险交易中，我把本书内容分为三个部分：

第一部分——武士心理之生存篇。这部分目的是帮助你了解武士的自我看法、生存哲学和处世之道，以及武士独特的思想和心态，并开始模仿。

第二部分——武士心理之交战篇。这部分阐述武士的整体战术思想和理念，我将其分成几个容易理解的章节，以供面对任何冲突场合之用，尤其是在金融交易领域。

第三部分——武士心理之恢复篇。在高风险的金融投资环境中，人们偶尔会遭遇一些无法避免的挫折或损失。这部分内容，将用武士的哲学和智慧帮你恢复心理的创伤，重振精神。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

当你开始阅读此书，吸收书中的有用信息，并试着将书中具有变革性质的智慧运用到实际生活当中时，请记住一点：你必须认识到学习任何新技巧，或者任何处理事情的心理方法，都将不可避免地经过4个明显不同的学习阶段，任何一步都不可以跳过。知道自己处在哪个阶段，对于进入下一个阶段很有帮助。这也是我对道场的新学员反复灌输的理念。

第一阶段称为“不知道自己不知道”，也是学习的开始阶段。“不知道自己不知道”说明你的思考方式或做事方法缺乏效率，但是你并没有意识到自己的做法有何不妥或错误之处。通常，这一阶段你唯一关注的是自己并没有因为努力而获得想要或需要的结果，因此感到沮丧和愤怒。

第二个阶段称为“知道自己不知道”。在这一阶段，如果我教你如何正确处理事情，以及如何提高效率，你就会更容易地意识到自己所犯的错误，还有平时为什么会犯下这些错误。这样，便会刺激你实现自我纠正。然后，希望促使你进入第三个学习阶段。

随着发现自己犯的错误越来越多，你会有意识地对自己的思考方式或行为方法进行必要的纠正或调整（有时候很尴尬）。这个阶段称为“知道自己知道”，这也是学习的第三个阶段。这个时候，如果你懂得如何正确处理事情，或者如何让自己做事更有效率，那么只要动动脑筋便能把事情做好！如果能有意识地不断重复上述方法，你就很有希望实现教育心理学家口中的“心理诱导作用”。当这种情况发生时，你就已经差不多进入师生关系的最后阶段，也是最重要的阶段了。

第四个阶段——也是老师对学生的最终期望——被称为“不知道自己知道”。在这个阶段，你学到的武士哲学、心理，以及处世之道将深深植入右脑的潜意识中，这里也是控制人的情感、直觉和下意识的地方。到了这个时候，教导武士道的老师便可放下教鞭，看着学生运用他所传授的智慧和知识，心中充满欣慰。

在我们开始学习之前，我想对本书的章节设置交代几句。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

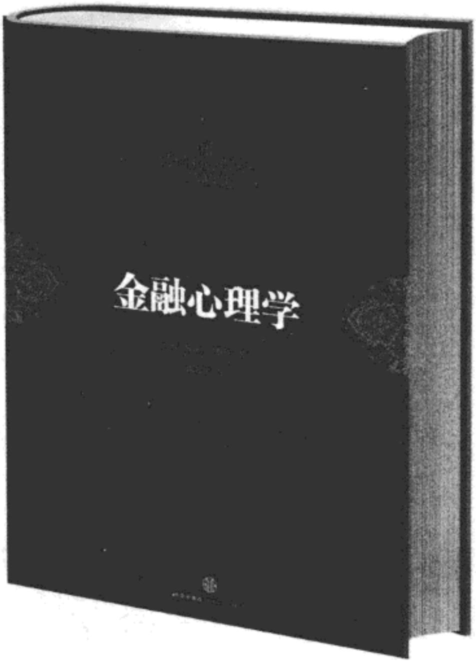
我竭力想从不同的视角，为你们呈现这些有用的信息。为了促进学习，帮助你们更好地掌握和运用书中内容，在每章开头，我都会讲一个真实的故事。这些故事，有些具有历史意义，有些对我的个人开悟很有帮助。我的学生喜欢把这些有趣的历史故事以及我学习武士道的轶事称之为“武道传奇”，我也打算用它来称呼每章开头的故事。这些故事将向你们真实地展现历史上或者当代（比如我）的武士们是如何运用各章所阐释的武士道的。

每章结尾，你会发现有几段名为“交易中的武士道”的文字（希望你们能喜欢）。这些在每章末尾的简短评论，将告诉你本章的内容和观念将给我训练或者指导过的职业交易员带来哪些好处。这些年来，有数百名学习武士道的交易员给我提供了很多意见和反馈，然后我从中筛选出一些作为每章结尾的真实案例。希望你能仔细体会他们的经历，以便更好地理解武士道对交易员的心态、表现以及整体生活有何益处。

到此，我们传统的师生关系正式开始了。但我必须重申，这些即将向你传授的知识，以及其中蕴涵的真理和智慧，让我有自信敢做敢当，无论成与败或者生与死，这也是我们的武士前辈们所经历的。希望你们也会如此。常言道：学生若有心，老师自会来。如果你觉得时机到了，并且已经作好准备，我将十分荣幸当你的老师，尽我的微薄之力。说到这里，我很想像武士交战前那样，大喊一声：来吧（决斗开始）。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

金融投资·无论形势诡谲，唯有经典不变



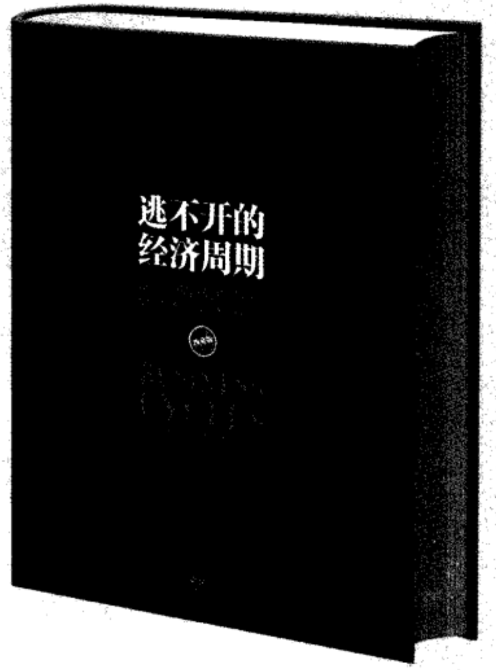
金融心理学

拉斯·特维德（LARS TVEDE）著
ISBN 978-7-5086-3851-5
定价：66.00元
中信出版社2013年3月出版

心理因素往往影响到市场价格的波动。本书就是一本研究投资者心理和市场价格变化的经典图书，它详细介绍了投资者的心理因素如何影响市场价格变化，用心理学理论解释市场行为和进行技术分析，为每一个股民、金融分析师和银行家提供了绝佳的投资参考。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

金融投资·无论形势诡谲，唯有经典不变



逃不开的经济周期

拉斯·特维德（LARS TVEDE）著
ISBN 978-7-5086-3521-7
定价：69.00元
中信出版社2012年11月出版

珍藏版

市场经济变化多端，唯一不变的就是其变化的周期性。经济学家们研究它，政治家们试图熨平它，而企业家们如果不能善于利用它来做大自己的企业，就会被它所吞噬。本书以引人入胜的语言揭开了经济周期神秘的面纱，是学者、政府官员和企业界人士的必读书。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

•目录•

前言／／XIII

第一部分

武士心理之生存篇

第一章 了解武士道

武道传奇／／3
什么是武士真道／／4
如何达到艺术境界／／5
日常生活中的道／／5
是道还是迷恋？／／6
内在精神而非外在装束／／7
交易必须成为一种艺术形式／／8
交易中的武士道／／9

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 武士动机之道

武道传奇 / / 11
人生的动机和目的 / / 12
动机的本质 / / 13
情感毒瘤 / / 14
交易所的远古硝烟 / / 15
真正的敌人来自内心 / / 15
武士动机的四大支柱 / / 16
武士道的智慧 / / 22
交易中的武士道 / / 23

第三章 武士自我认知之道

武道传奇 / / 25
武士的协同 / / 26
身、心、灵合一 / / 27
武士道的物理层次 / / 28
聚合三角形 / / 28
向中心点聚合 / / 29
分析聚合之道 / / 30
关键时刻的聚合行动 / / 31
在交易市场赌一把 / / 32
武士的交易经历 / / 33
形成聚合力 / / 34
交易中的武士道 / / 35

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章 武士用心之道

武道传奇／／39
武士之“三心”／／41
发现知觉信息／／42
了解机体的潜力／／43
用心之道的物理学原理／／44
日常的选择性用心／／44
多运用感官／／46
揭开武士道大师的“神秘面纱”／／47
交易中的武士道／／47

第五章 武士无心之道

武道传奇／／51
武士的“有无观”／／52
“实在”的真相／／53
无心之道的本质／／54
整个世界充斥着杂念／／55
开始修行无心之道／／56
有耐心定会有收获／／57
交易中的武士道／／58

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二部分

武士心理之交战篇

第六章 武士行动之道

武道传奇 / / 63
交战与行动的本质 / / 65
第一个催化剂：坚定的立场 / / 66
第二个催化剂：先礼后兵 / / 68
“先融合后出击”的日常运用实例 / / 69
几个 “合气”/“气合”方面的简单练习 / / 70
第三个催化剂：永不放弃的可靠心理 / / 71
武士行动方案 / / 72
在交易中用武士真道 / / 73
交易中的武士道 / / 74

第七章 武士坦然之道

武道传奇 / / 77
作战前就接受失败！ / / 78
风险才是关键 / / 78
机遇与风险成正比 / / 80
坦然接受，别无他法 / / 80
接受的三种类型 / / 81
自己的看法是关键 / / 84
一名武士的祷告 / / 84
交易中的武士道 / / 85

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第八章 武士聚合之道

武道传奇 / / 87
实现身、心、灵三位一体 / / 88
再看聚合三角形 / / 89
该活动一下身体了 / / 89
武士聚合之法 / / 90
腹式调整：姿势和活动之法 / / 91
腹式呼吸：武士呼吸之道 / / 97
现代科技印证古老认知 / / 98
腹式呼吸的重要性 / / 100
腹式呼吸练习 / / 101
禅坐：武士坐禅冥想之道 / / 103
武士禅定冥想方案（S.T.I.L.L） / / 104
聚合身、心、灵 / / 107
交易中的武士道 / / 108

第九章 武士信任和直觉之道

武道传奇 / / 111
信任你的武士技能和直觉 / / 112
信任的力量 / / 113
信仰很重要 / / 113
有益的信仰和危险的信仰 / / 114
臆测的信仰和交易员 / / 115
武士技能的力量 / / 115
虚心之道 / / 118
关于直觉的一些有用观点 / / 118
培养直觉 / / 119

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

激情对直觉的作用 / / 120
技能对直觉的作用 / / 121
信任与信仰 / / 122
交易中的武士道 / / 123

第十章 武士想象之道

武道传奇 / / 125
想象：在心中构建一幅胜利的画面 / / 129
武士想象力与三个物质层面 / / 130
形而上层面的想象 / / 138
出人意料的实验结果 / / 139
交易中的武士道 / / 142

第十一章 武士恐惧控制之道

武道传奇 / / 145
努力遏制恐惧 / / 147
心怀恐惧是人之常情 / / 147
三种本能的恐惧 / / 148
恐惧很少存在于当下 / / 149
慢性恐惧的本质 / / 149
急性恐惧的本质 / / 150
清除恐惧的武士之道 / / 151
交易中的武士道 / / 152

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十二章 武士舍身之道

武道传奇 / / 155
绝不回头 / / 158
道德、伦理和舍身投入 / / 158
舍身投入就能获得力量 / / 159
舍身之道的五个参数 / / 159
舍身投入的激发方法 / / 164
舍身投入与三个物理层次 / / 164
日常的苦行修炼 / / 165
对心理的冲击 / / 165
交易中的武士道 / / 167

第三部分

武士心理之恢复篇

第十三章 武士败后重振之道

武道传奇 / / 173
天有不测风云 / / 175
准备好应对挫折 / / 176
短期悲伤与长期悲痛 / / 176
应对悲伤的5个阶段 / / 177
净心——武士败后情感重振之道 / / 180
武士净心三步骤 / / 181
交易中的武士道 183

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十四章 武士极真之道

武道传奇 / / 187
生活中我们面对的事实 / / 188
明白宇宙法则 / / 189
极真之道的10项法则 / / 190
交易中的武士道 / / 200

第十五章 交易中的武士道

武道传奇 / / 203
简述交易中的武士道 / / 204
武士交易员的一天 / / 205
早睡早起 / / 205
好的饮食才有好的表现 / / 206
回顾“战斗计划” / / 206
决斗开始！ / / 206
重聚合一点，清除杂念，集中精神 / / 207
遭遇损失，快速恢复 / / 207
日影西沉，一天结束 / / 207
最后的评论和告别前的希望 / / 208

致谢 / / 211

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

The Way of
the Warrior-Trader

第一部分
武士心理之生存篇

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章

了解武士道

武道传奇

种村大师站在一捆约13厘米厚的湿稻草前，神态自若，等待着拔剑出鞘。他定定神，全神贯注于手上的任务。片刻过后，他突然从刀鞘中拔出锋利的武士刀。眨眼之间，这把又冷又硬、长约1米的钢刀便将那捆稻草劈成两半，刀法如手术般精准，毫无瑕疵。在旁人看来，如果这是人的躯干，毫无疑问，那他必定会从肩到臀一分为二，分毫不差。

种村大师正在用真刀向几名挑选出的学生展示拔剑劈砍的动作，每名学生都希望从这位著名的剑客手中拿到一张证书，以证明自己的实力。一个学生看了大师的表演，再比较自己欠火候的表演，然后小心翼翼地问道："老师，你的劈砍之所以比我们精确，有没有可能是因为你用的刀更加锋利呢？"大师听了，没有看发问的学生，而是把一个大甜瓜放在齐胸高的架子上，然后捡起一根用来捆绑湿稻草的粗绳子。

种村大师往后退了几步，缓缓抬起双手举到头的右侧，架势十足，似乎手中握着一把刀。事实上，他握着的只是一根绳子，绳子垂在肩后，准备出击。突然，他跨步向前，几乎毫不费力便完成了劈砍的动作，其势之快犹如闪电，同时发出一声震耳欲聋的喊叫，震得旁人浑身颤抖。接下来，全场鸦雀无声，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

人人目瞪口呆，学生用难以置信的眼神看着目标物。刚才还完好无损的大甜瓜，此刻被劈成两部分，同样如手术般精准，毫无瑕疵，仿佛被一把上等宝刀劈砍过一样。

大师转向学生，眼神中闪烁出热情和智慧，仿佛要延续几个世纪。他简洁明了地说道："记住这条宝贵的真理。一切与战争相关的事，所有方法、技巧或者武器，其作用都不及人的内在精神和意念。只有遵循真正的武士道精神，才能确保手中的兵器在战斗中发挥作用。"

什么是武士真道

千里之行始于足下，开始这段旅程前，我们必须先理解什么是武士道。说到这里，也许你已经注意到了我很强调"道"这个字。这是因为在本书中，道是其他一切的基础。日语中的"道"是指："能升华修炼者的精神、品格和内在心灵的人生道路、职业或训诫。"换句话说，无论修炼者承担何种任务，秉承何种训诫，做出何种行为，几乎都可以把这些转化成一种艺术形式。相反，这些艺术形式也可以让修炼者达到艺术的境界。

无论修炼者承担何种任务，秉承何种训诫，做出何种行为，几乎都可以把这些转化成一种艺术形式。相反，这些艺术形式也可以让修炼者达到艺术的境界。

虽然"道"出现在日本文化的很多领域，但其在武术领域最引人注目。柔道、剑道、合气道、弓道、居合道和空手道都是境界相当高深的武术，历史可以追溯到日本的武士时代。虽然练习和使用武术的目的最初看起来显而易见，比如自卫、健身，但只要对资深修炼者的训练动机进行深层次分析，就会发现他们追求的是更具有美学意义的东西，比如自制力、内在力量、心灵和精神训诫以及个人的觉悟。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

如何达到艺术境界

我要说的很简单却十分重要。首先，无论在哪一个领域，要想提升个人表现，你必须把个人表现视为一种艺术形式，从事这门艺术的唯一目的便是实现内在精神和修炼的升华，并在尽己之力之后，最终实现对艺术的无条件喜爱和欣赏。做到这些，你便会全心关注动作本身的完美实施（比如交易），而不会被期望的结果所分心（比如利益）。这便是后文将要深入讨论的禅道。

如前所述，道不仅仅局限于日本文化或日本传统武术之中。毫无疑问，它是一项普世原则，几乎在任何事物中都能找到它的踪影，无论它最初看起来多么俗气或微不足道。只要你花时间用新的眼光认真看看周围的世界，看看人们从事的各种娱乐活动和职业，便会发现各种不同却又相似的道，有时它甚至会出现在你最意想不到的地方。

日常生活中的道

我的岳母多蒂擅长手工制作很多特别的纪念礼物，比如篮子和各种装饰物。她几乎能为任何场合想象出一些特别的东西。因此，从她的作品中我们便能看出其特殊才艺和手工技能，在人们的口口相传下，她的手工制品需求十分旺盛。

但是，虽然她十分辛劳，为此获得的收入却甚为微薄。有一次，我看到她如此劳累，便为她提供了一些建议，告诉她可以训练一名能干的人共同干活，使用生产流水线可以提高纯收入。听完，她的眼里流露出惊讶的神色，随后她作出的评论让我顿受启发。她彬彬有礼地说："亲爱的，这份工作真正带给我的，就是我同买篮子的人之间的'交流'，让我的内心知道他觉得我的手工制品很特别，我也会因此感激他。还有，编制这些篮子能让我感觉年轻，这样我用自己

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的想象力和双手编制的篮子越多，我就感觉自己越年轻！”直到这时我才明白，原来手工编制篮子才是她的真道。

我还能举出我家里许多关于道的例子，相信你们也是一样。我的妻子琳蒂经营一家大型女装店，她花了很多精力用于传授员工如何提高对客户的服务品质，并且培养他们对工作环境的自豪感。我的大儿子本是一个狂热的篮球迷，平时花费大量的时间练习罚球、外线投篮和运球。对他而言，篮球已经成为一种“移动的艺术”。我的小儿子汤姆是一名有前途的越野赛跑选手，他每周有5天时间，天不亮就起床，辛苦地沿着崎岖的山路跑约8 000米。他所展示出的运动员的武士道精神，鼓舞人心。

是道还是迷恋？

也许你会想，这些例子凭什么可以用来阐释真道呢？也许他们仅仅是出于迷恋或强制的行为，而不是更高层次的原因。对这样的疑问，我的回答是这取决于能让他们做出这种行为的动机是什么。如果一个人做出这些事情，是出于心里某种不可解释的需要，或者纯粹是为了满足自我，希望有可能获得回报，那么这些行为通常就不是真道。相反，如果一个人完全是为了实现内心的满足，身心的统一，因充分展示自身的能力而充满活力，那么他做的就是我所说的真道。

如果一个人完全是为了实现内心的满足，身心的统一，因充分展示自身的能力而充满活力，那么他做的就是我所说的真道。

按常理，琳蒂显然想让她的服装店尽可能多地赚钱，而她自己也能被公司认定为最善于经营的经理。但据我所知，她打电话收到顾客满意评价时的满足感，看到商店井井有条时的自豪感，才是促使她前进，并与员工分享“更高层次”的店铺管理之道的原因。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我始终有理由相信，本将来一定想成为一名篮球明星（我有时会暗想，他会想成为下一个迈克尔·乔丹），享受巨星的荣耀。但是，当我仔细观察他时，就会发现他眼睛里闪耀出的仅仅是为了比赛而好好打球的快乐。

至于汤姆，毫无疑问，我想他一定希望有一天能在田径赛场上获得金牌，也有可能希望自己得到田径项目的全额奖学金。但是毋庸置疑，最让他满意的便是翻开每天的训练日记，完成规定的训练量，达到当天的标准，或者至少尽他所能地接近预先规定的目标。所以，我们可以很公平地说汤姆与本、多蒂、琳蒂一样，把他的活动转变成了一项真正的艺术形式，同时，我们也可以说，他们的艺术形式在这一过程中最终也改变了他们的生活。

内在精神而非外在装束

从武士道的角度处理个人行为，主要还有另外一个优势。把个人行为视为一种艺术形式，这样势必也会淡化工具或系统所起的作用。正如本章开头，种村大师对弟子说："一切与战争相关的事，所有方法、技巧或者武器，其作用都不及人的内在精神和意念。只有遵循真正的武士道精神，才能确保手中的兵器在战斗中发挥作用。"

在我们所居住的所谓现代社会里，提升个人内在修养似乎注定徒劳无功。广告轰炸着我们的生活，数不清的错误观念误导消费大众，使他们以为只有外在的东西才能武装自己。穿上名牌衣服，喷上香水，才会魅力四射；穿上跑鞋，才能跑得更快，跳得更远；开着好车，品尝美酒，才会显得高雅。凡此种种，不胜枚举，恐怕事实也正是如此。

但此时，我们有必要认识到，这种错误观念不仅限于上述这些简单而肤浅的问题。遗憾的是，这种浅薄的思想，可能会导致其他更有害的观念。其中一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这个复杂的数字化世界很可能欺骗我们，让我们以为只要轻轻一按按钮，就能做任何事情，得到任何东西。

个很常见的观点（也是很多交易员所共有的），就是以为只要拥有“合适的硬件”、“合适的软件”或“合适的某物”，无论在哪个市场都能赚到钱。这可能是我们的生活方式过度科技化和自动化的结果。这个复杂的数字化世界很可能欺骗我们，让我们以为只要轻轻一按按钮，就能做任何事情，得到任何东西。不仅如此，它也让我们误以为这一切立刻便能实现，无须等待。

交易必须成为一种艺术形式

在与许许多多职业交易员互动和训练的过程中，我还学到了另外一件重要的事情。那就是几乎他们所有人或多或少地都相信或寻找过所谓的“圣杯”——一个无论做什么，都能赚钱的完美投资计划或交易系统。

当然，凭经验我们可以知道，这种“圣杯”是不可能存在的。唯一可行的便是保持对当前市场行情的专注，然后完美地执行这笔合理的投资或交易。真正的武士道要求我们，在执行所选择的交易时，必须保持前后统一、操作正确，并立刻从中获得纯粹的满足。只有这样，我们才能最终获益，当然，这也是我们最初愿意冒着倾家荡产的风险，进行投资的最终目标。

只有耐心接受内在精神和心态的训练和升华，才能保证外在条件在战斗正酣之际，助你一臂之力。

也许你一直想找一个按钮，只要按下去便可以一夜成名或暴富，但记住，要按下去也要有根手指才行。而这根手指是由脆弱而又复杂多变的人脑指挥和控制的。只有耐心接受内在精神和心态的训练和升华，才能保证外在条件在战斗正酣之际，助你一臂之力。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

从现在开始，你可以特别留意身边的人所展示出的武士道。把任何事，尤其是金融风险投资，逐渐转化为规范的艺术形式，从而真实地反映出你身上慢慢成形的武士道。如果把交易行为转化成一种纯粹的艺术形式会让你感到吃惊，那么恭喜你，你已经从“不知道自己不知道”的阶段到了“知道自己不知道”的阶段。从现在开始，你可以在必要时，从新的角度看待自己的投资理念和绩效。这样，你就可以打下坚固的基础，建立起武士所具有的勇气、自信、纪律和内在力量，并如堡垒一样坚不可摧。

另外，如果你承认交易行为必须成为一种艺术形式——真道，并认同其价值，那么，我会为你具有的武士直觉和精神所鼓掌。但随着我们开始讨论下一个重要问题——个人动机，那么在这两种情况下，我都会为你即将在交易中展示出的武士道精神而感到高兴。

交易中的武士道

我不得不承认，当亚利桑那州图森市的B · H先生跑来向我寻求咨询时，我感到十分惊讶。通过最开始的接触，我很快了解到他不仅是一名优秀的期货交易员，在大多数人看来，甚至称得上是一名伟大的交易员。B · H先生是贵金属、外汇以及3种特定农业期货交易的专家，在这一行已经工作了15年。

尽管交易员的工作为B · H先生一家四口提供了很好的生活条件，但在向新朋友、新同事介绍自己的职业时，他总会显得不自在。曾经，他不时地从保守的父母和兄弟姐妹那里听到对这份工作的批评，他们认为只有傻子和做白日梦的人才能做出玩弄市场的行为，而那种不靠正经工作就想一夜暴富的人，更是不可救药。

这种无意识的态度给B · H先生制造了一个难题，那就是如何恰当地处理一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

连串的不如意。如果计划或者投资没有产生期待的效果，任何一位投资者自然都会感觉难受。但“有得必有失”的心态并不能缓解B·H先生此时的沮丧和悲观。相反，他开始相信并认同那些贬低他的人的观点，进而不仅丧失对自己能力的自信，也丧失了对自己所选择的职业的信心。这自然会时不时地让他的表现大打折扣，这也正是他要向我咨询的原因。

B·H先生说，他在金融理财方面确实很在行，对预测市场动向也很精通，而期货交易是他找到的唯一能充分发挥这些才能的工作。听到这里，加上之前我了解到他在交易方面的成就，我立刻认定交易就是能带给他成就感和满足感的真道。因此，我直截了当地把我想到的告诉了他。同时，我也指出，没人能替我们挑选生活的目的，或者为我们确定把激情用在哪些领域。只有他自己才能替自己作出决定，而且在我看来，他已经作出了决定。只是他为了求得别人的接受和尊敬而忽视了个人的满足感、目标感和成就感。

幸运的是，在花了几个月的时间学习武士道如何看待生命和职业后，B·H先生能够用真正的武士道交易员的眼光看待什么才是成功的交易：勤奋加上极高的天赋、技巧、耐心和纪律。事实上，B·H先生告诉我，他开始知道并且向他的批评者描述他眼中的交易（包括他因此得到的丰厚收入）是什么：受人尊敬、有艺术感、能够展示个人的天赋和才智——这种真正的生存之道，甚至配得上具有传奇色彩的武士的尊敬。

我很高兴且感到自豪，因为B·H先生以及很多像他这样的人，已经发现了武士交易这条路，虽然很少有人走，但这毕竟是他们所选择的路。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章

武士动机之道

武道传奇

武士道鼓励武士个人与物质财产分离和独立，以便其为主人效忠时不受牵绊。即便如此，世上仍有 3 种东西为封建时代的日本武士阶层所珍视，且地位不可替代：武士的家族世系、武士佩剑（此剑自其出生时就已为其铸成）和他们生存的使命——同他们的父亲一样为主人效命。

一个关于相马大人及某个无名家臣的故事在日本历史上广为人知。相马大人曾坦言，在他所有的财产中，最珍贵的是他家族的宗谱。他把宗谱存放在豪宅中央一个特别的地方。某日，因缘所致，相马大人家宅起火，火势迅猛蔓延，很快吞没了整座宅邸。所幸，屋内所有人都成功地逃离火场，只可惜根本没有时间抢救家产。

相马大人看着自己的财产被烈火吞噬，面露忧伤，他对身边的武士们说道：“大火烧毁的一切东西都可以替代，唯有我的宗谱不可替代。我唯一的遗憾就是在逃出之前没有救出宗谱！”这时，一个等级较低的武士毫不犹豫地挺身而出，自告奋勇地要求冲进火场救出宗谱。他的举动立刻让其他武士面露惊讶，因为他此前对主人未曾有过多少效忠之举。相马大人对他说：“不行，为时已晚！大火已吞噬整座宅邸，你若进去必死无疑。”然而，这位武士不顾主人警告，箭步

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

冲入屋内，边跑边喊："我自出生之日起就知道，此生的使命是有一天能够为你效劳。今日，我将为效忠而死！"说完，他便消失在了火海中。

相马大人和其他武士焦急地等待着，但这位英勇的武士未能出来。几个小时过去了，大火熄灭，余灰渐冷，人们终于可以踏进宅邸开始搜救。他们在乱石残埂间搜寻他的尸体，最后终于发现他倒在距离宗谱存放处不远的地上，身子蜷缩，双膝贴胸，犹如母腹中的胎儿。当人们将武士的尸体翻转过来时，他们惊奇地发现，他的腹部已被切开。更令他们感到吃惊的是，腹部切开的伤口内藏着那本宗谱，鲜血淋漓，但完好无损！为保护宗谱不被烧毁，这位武士切开腹部将宗谱藏入腹中。他不仅以英勇的壮举接受了命运的安排，同时完成了他与生俱来的生存使命。从此以后，这本著名的宗谱流传于日本传说中，被誉为"血之宗谱"。

人生的动机和目的

身为日本武士道教练和心理学家，我对动机和人生的目的这类课题一向十分感兴趣。相同处境下，为什么有的人多产而快乐，但有的人的情况却相反呢？你我都希望在这段师生关系和学习过程中收获些什么。因此，人生的动机和目的对于你，应该也是至关重要的，若你打算遵循武士真道，那更是如此。

我从事这一工作达 10 年之久，期间曾有不少机会接触动机问题。我选择了与之相关联的工作领域，即"优化工作表现的心理学"，自然会频繁接触"工作压力"、"职业顾虑过多"、"情感疲劳"等词语。这些问题都可能是严重缺乏动机的症状，对于面临金融风险的投资者来说，这些问题会出现得更加频繁，表现也会更加明显。

我曾给 3 000 多位客户提供过咨询，此外还借助了武士的智慧，因此，我

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有把握正确评价以下3个问题：（1）什么是动机；（2）3种磨灭动机的“情感毒瘤”；（3）使工作和生活充满激情、充实多产的“武士动机四大支柱”。我愿为你们逐个阐述这3个问题，使你们有机会如实反思自己的生活和处境，此外，还因为这3个问题与你们经常接触的贸易和其他金融风险投资息息相关。

动机的本质

首先，我们简单讲一下常人眼中的动机是什么。在芬克和威格纳出版社所编的词典中，“动机”被定义为“能激发某人实施某种行为的一种有意识的需求、动力或目标”。这个典型的传统定义可以解释，为什么诸多人因缺乏有意义且持久的动机而痛苦，为什么当今诸多书籍、录音、录像和所谓的动机研讨会，都达不到各自的目标？从本质上来说，它们通常旨在宣扬同一个观点：欲使动机产生，只需一个合理可行、称心如意的目标，让人去追寻。好比悬挂在马前的萝卜，能够促使马儿前行。经验告诉我们，这种观念与事实相去甚远。

为了让你们从武士的视角出发，理解动机的含义，请允许我提供一个武士可能给出的关于动机的定义，它比前一个动机的适用范围更广。武士给出的定义可能会是这样：“**激情、人生的目的和一个有意义的使命或目标，三者浑然于心，且真心承认当下可能就是实现上述三者的唯一时机。**”可见，上述定义内涵丰富，这点是芬克和威格纳出版社所编词典中的定义所远不能及的，二者的对比进一步突出了东西方哲学思想的差异性。词典中的定义仅仅承认了某些外在目标的重要性，而武士提供的定义中，4个必要条件里有3个都是内在条件，甚至本质上都是形而上学的。嗯，这点值得深入探讨。

我相信，你所期望的金融冒险，不仅是一个努力赚钱的过程，也是满足情感需要的过程。毕竟没人愿意在经历了一番金融冒险后，情感被消磨殆尽，只

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

剩下空躯壳，以致硝烟过后却不知如何享受战利品。我可不想变成那样，但愿你也不会。因此，在我为你们描述动机四大支柱前，你们有必要先认识一下三种不断试图摧毁动机的情感毒瘤。它们就是压力、愤怒和恐惧。

情感毒瘤

情感压力现象广泛存在于动物界和人类社会。自从第一个具有思维能力的物种畅游于远古的海洋起，情感压力便广泛存在，可能还会延续至世界末日。它常在我们的一切行为及其方式和原因中扮演重要角色，因此，对于你我这样的金融冒险者来说，尽可能准确地理解情感压力至关重要，知己知彼方能百战不殆。

你若愿意，请跟随我回到过去，那时的生活比现在原始得多，简单得多。我们去拜访的是一位早期的祖先。当我们到达他的洞穴时，他刚从睡梦中醒来。事实上，他的需求和生活重心相对简单，无非就是大小便、聚居、吃东西。之后他走出洞去，干些必须干的活儿。然后，他转移注意力开始觅食，可能还得存一些食物留着以后吃。正当我们这位穴居人忙碌于寻找适合的食物时，他敏锐的感官突然察觉到，有另外一种生物就在离他极近的地方——其实就在他上方的岩石顶上。这个巨大的捕食者饥肠辘辘，它凶猛地咆哮着，露出刀片般锋利的獠牙，准备捕食猎物当早餐。当我们这位朋友看着对手凶残的目光时，他立即意识到，要么进攻，要么逃跑。生理和心理上自然进化的结果，让他只能从两者中选择其一。就这么简单！幸好，他选择了逃跑，才避免了在今天成为自然界食物链的一环。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

交易所的远古硝烟

我们回到现在，看看这位穴居人的一位后裔，他们生活的年代已经相去甚远。闹钟一响起，他就瞬间清醒了，起床后，他准备开始新的一天。他的基本需求和生活重心与他的祖先基本相同，也就是大小便、吃东西、参加聚会。他完成了必须做的事，匆匆吃下一根不怎么美味的能量棒，然后前往市中心的芝加哥商品交易所，那就是他工作的地方。“集合”的时间到了！

当天，这个人发现标准普尔500指数开始变动起来，但走势却大幅震荡。对于我们这位朋友来说，这既是风险又是机遇，因为他抢得了头寸，只等获利空间扩大。他全神贯注地盯着报价表上的价格变动，报价表发着光，好像某只准备捕食的大猫细长而发光的瞳孔。数不清的交易员和经纪人叫嚷着，听起来就像猛烈的咆哮声，场面十分疯狂。突然，价格指数开始猛跌，我们的这位交易员清楚地意识到，他必须立即平仓出场，否则就要眼睁睁地看着交易账户中的资金严重缩水。虽然几万年过去了，大自然仍在生理和化学方面为我们这位朋友提供了与其祖先相同的两个选择：要么进攻（通常带着愤怒），要么逃跑（通常带着恐惧）。在这个例子中，我们这位朋友尽快清算头寸，平仓出场，对亏损的恐惧使他选择了逃跑。另外，他也可能因为亏钱而被激怒，从而很容易投钱加仓，选择进攻，结果会导致更惨重的损失。

真正的敌人来自内心

我编这些故事作为事例，是想让你认识到几个简单而重要的道理。首先，我希望你意识到，从生理和生物化学反应来说，我们内心依然是原始的。我们有着原始的反射机制，使我们在未被人类开发的野外能够自我保护。其次，对

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

于学习武士道的学生来说，这种行为就是科学家所称的“或战或逃”的反射机制，具有潜在的破坏力。我希望你们明白，我们在不断努力，试图消除学生内心的这种反应机制（在随后的章节中，你们也会学习如何去做）。再次，我想确保你们都意识到，金融冒险中容不得半点“情感反射”，只允许高效机智的“武士反应”存在。最终，我希望你们认识到，正是不断积累的愤怒和恐惧，导致现代人几乎全部患上情感弊病，包括个人动机的缺失或退化。

我希望，当你心中积聚了愤怒或恐惧时，你能开始意识到，并观察它们对你的生活和工作中有怎样的影响。

但是，危险一旦过去，原始人能轻松抛开这些“或战或逃”的反射机制所带来的情绪。而现代人往往放不开，他们让这种情绪留在心里，并在潜意识中慢慢积累，从而造成毁灭性的影响。我希望，当你心中积聚了愤怒或恐惧时，你能开始意识到，并观察它们对你的生活和工作中有怎样的影响。这样做，你就能为武士动机的四大支柱作好准备，使它们在个人生活和职业道路上为你所用。你要是明白了这些道理，我们就进入下一个环节。

武士动机的四大支柱

在前文中从武士给出的关于动机的定义，你或许可以推断出，武士动机的四大支柱就是：生老病死意识、人生的目的、生活的激情，以及更高的目标。请记住，要在整体上实现武士的成就感，上述四者同样重要，它们相辅相成，彼此相互支持。我发现，有个好办法能帮我们构建这个关系图，就是把动机想象成一个桌面，把四大支柱想象成四只桌脚。当四只桌脚的长度和硬度一样，桌子就能稳定好用；反之，如果桌脚长短不一、硬度参差不齐，桌子就会摇摆不定（你可能认识很多这样的人），也许毫无用处。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

支柱一：生老病死意识

武士动机的第一个支柱，就是生老病死意识。它是指人们必须时刻记住，自出生之日起，我们活在世上的时日就是有限的。在西方社会，死亡这一话题几乎成了禁忌，跟人聊天时不能说，独自反省时也不能想。我们想尽办法试图避开人必有一死的事实。读到这里，你们甚至可能会感到些许不安，想跳过这段直接看下一个话题。但我鼓励你不要这么做，并且还要针对我的见解进行最为认真的思考。

在此，也许一个坦诚的自省练习有助于你的思考。如果可以，请你们静下心来，真诚地思索片刻，然后回答下列问题：如果你确定无疑地知道，自己再过一周就会死去，那么，在接下来的 7 天里，你会怎样改变自己，或做哪些不同的事呢？在你给出答案前，我要为问题加上两个重要的前提条件，以消除你内心的恐惧。第一，你在整个死亡过程中不会感受一丝痛苦；第二，你无须为来世担忧。我再次强调，你要认真对待这一练习，因为你得出的答案可能会改善你的生活。读到这里，我假定你在真正认真考虑这个问题前，还想继续往下读。那我就借此机会，从武士的角度评论生老病死意识。

据估计，一个武士在任何一天被杀死的概率都有 50%。这样的概率并不乐观，你可能会由此认为，武士们会有动机不足的问题。可令人惊奇的是，事实恰好相反。与武士相关的文献汗牛充栋，却从未谈及像职业倦怠、抑郁消沉、满腹牢骚、怨天尤人等精神问题，连中年危机都未曾提过。其实，在武士们看来，人至中年好比一日里的正午时分，精神抖擞如日中天，也许你能明白我的意思。

接受死亡让人充满力量。虽然，武士不屈不挠的精神（书中都有谈及）得益于多种心理特质，但是，首要的也是最明显的特质，则是他承认自己可能“早”死，并且接受这一事实。和挽救了“血之宗谱”的那位武士一样，当武士接受

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

了可能马上就会面临死亡的事实（我们将在第六章详细阐述这个主题），就能免于犹豫踟蹰，并且拥有不竭的动力，只想充分利用每分每秒。这样他就有动力实现以下两件事：第一，他在必要的时候勇于冒险，不惜代价地完成使命、实现目标。第二，他有勇气承认，不朽的精神（这里指灵魂）有利于他增强自信、勇气，以及实现成功的能力。任何一个金融冒险者都能时常从这种心态中受益，你不觉得吗？

支柱二：人生的目的

武士动机的第二个支柱，就是人生的目的，它的内涵普遍存在于各行各业。我提到这个概念，不是为了告诉你们什么是人生的目的，而是为了让你们相信，人生一定要有目的，并且让你们深刻地认识到，在必要时寻找人生目的是十分重要的。虽然，武士有幸自出生之日起就被赋予了人生目的，并且通过训练和约束，具备了达到其人生目的的条件。但是，全人类都有一个根本的需求，即寻找人生的意义、寻找前进的方向，准确地说就是寻找人生的目的。这一点对于你们全面实现动机平衡十分重要，正如睡眠好，身体才能健康。

虽然我知道，像拥有人生目的这种事，你们可能都没有认真地想过。但是，我有信心向你们保证，在你们心底某处，有一个“内在的武士”，他凭直觉知道你命中注定该做什么。有时，他会通过你内心的渴望，给你传达人生的目的；或者通过你展示出的特殊才能，把人生的目的传递到你的意识中；甚至，你也可以在兴趣爱好或娱乐活动中获得线索。

但是，无论在哪里，无论以何种方式发现人生目的，你都会知道这就是你要找的。因为，仅仅知道它的存在，也会让你的内心感觉到妙不可言。更让人信服的是，每当想起或谈到人生的目标时，你会由衷地感受到“人生的目的”。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有了它，你仿佛能征服整个世界，起码能征服金融市场。希望你能觉得，交易（或者你所热爱的某种金融冒险活动）是你真正实现人生目的的过程中的重要组成部分。但说到底，唯一可以确定的一点是，你的命运由你自己做主。

支柱三：生活的激情

武士动机的第三个支柱，就是生活的激情。它可以说是一系列强烈感受的结合，例如喜悦、振奋、成就感、满足感，或是内在的完美感。这种激情与上文讨论过的第二个支柱密不可分。你也许与我一样会发现，生活的激情总是存在于体验真正人生目的的过程中。很多情况下，当你陶醉于生活的激情时，会意外发现人生的目的是什么。我的小姨子艾琳的故事印证了这一点。

我和艾琳相识多年，实际上，从我和我的妻子琳蒂相识起，就结识了艾琳。她们家人颇为热情好客，不光对我这样，对待动物也是如此。事实上，每当我们去探望他们时，我常和琳蒂开玩笑说，要出发去“野生动物王国”了。过了一段时间，我开始纳闷，想知道他们怎么能收3容下这么多动物“孤儿”。后来我终于发现，原来艾琳对各种流浪动物情有独钟，尤其对那些看似生了病或是受了伤的动物。出于这份对动物发自肺腑的关爱，艾琳不分昼夜地出入于当地兽医诊所，出入的次数恐怕比我们出入附近杂货店还要多。

你猜得没错，由于造访频繁，艾琳成了镇上半数兽医的熟客。后来，有位兽医终于问她，为什么自己不去当兽医？艾琳回答说，她自认不够聪明，当不了兽医。兽医接着问她，是否愿意来做他的助理，因为这样至少能让她体验一下这里的工作环境，看看是否喜欢。一切仿佛命中注定，这一选择竟成了艾琳人生中的重要转折点，她的职业生涯和个人生活从此不同。后来，她选修了必要的课程（并以最优异的成绩毕业），拿到了从业资格证，成为了一名兽医外科

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

技师。艾琳的热爱之情指引着她，终于使她找到了自己真正的人生目的。

但是，为了平衡起见，我必须提醒你们，即使某人在某一领域体验到了生活的激情，并为之振奋，也不见得她就真的找到了自己的“至高使命”。打个比方，如果某人对捕鱼或猎鸭情有独钟，她的人生目标不见得就是做职业猎手或渔夫。再假设，如果某人爱上另一个人，并感觉这份爱发自心底，决定与她约定终生，那他的人生目标也不见得就是做她的伴侣。希望你能领会这些话的要义，不要混淆了。因为你必须认识到，武士动机的这两大支柱相互关联，共同作用于你的生活和事业，使之充实并富有意义。认识到这一点十分重要。

支柱四：更高的目标

武士动机的第四个支柱就是更高的目标。它并非简单的目标设定，其内涵更加丰富，也更加重要。这里最关键的是“目标”一词，意思是不管你选择做什么，无论是专业投资还是其他听上去合理可行的目标，你都应该培养一种内在动力，鞭策自己尽力做到最好。

有句古老的禅语说得好：“站有站相，坐有坐相。不管做什么，都不要摇摆不定。”你身边有多少人总在人生轨迹上摇摆不定，总在频繁地改变着自己的活动领域或职业道路呢？我相信这样的人一定有很多。这些人有个最明显的共同点，就是无法长时间专注于一件事，当然，他们也渴望提升表现，或是改善自我，但这种动机持续不了多久。

这里得补充一点，我注意到近年来，人们很容易将上述问题的原因归结为大家常说的“注意力缺失症”。但是，我个人观察到的结果并非如此。身为临床医学工作者，我承认，“注意力缺失症”确实也能导致上述状况，但临床方面，常在病人的病症或治疗效果不明显时，使用这个词会是很好的借口。数不清的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

父母带着正处于青春期的孩子来我的道馆，他们认为这些孩子难以集中注意力，从而导致情绪或行为方面的问题，他们希望严格的武术训练及心理训练能帮助孩子实现康复。后来，我开始了解这些孩子，通常很快就会发现，他们难以集中注意力的问题，都是有选择性的。当他们想在某方面大显身手时，往往能全神贯注，完成得很漂亮。玩电子游戏的人（这些孩子大都会玩）都知道，要玩到“塞尔达传说”第 9 关一点儿也不容易，但这些孩子好像都能做到。

我们讨论动机支柱中的更高目标，主要是想提醒你们一点：不要利用标签或病症给自己找借口，从而限制了能力的发挥。任何人都可以追求并创造更美好的未来，即使生活充满艰难险阻，任何人也都可以做到最好。事实上，有时正是由于生理缺陷或者客观条件的限制，激励着我们追求更高的目标。早在几年前，我就从父亲身上学到了这一点。

事实上，有时正是由于生理缺陷或者客观条件的限制，激励着我们追求更高的目标。

我和家里其他人一直都觉得父亲很聪明，并且对机械十分擅长。他成年后，就在美国空军工作，负责设备的保养和维修。因此，我从小就相信他可以把一架战斗机从头到尾拆开，然后再把它们重新组装起来。但是，我也知道，他当时经济条件很差，不得已在高中时代就辍学入伍了。我想，我过去之所以不把他看成“受过教育的人”，原因也许就在于此。

但是，在 20 世纪 80 年代初，我对父亲的看法突然转变了。那时，“棋盘问答”游戏刚开始盛行，回想当时，我们几乎每周都和父母玩这个游戏，我的父亲几乎总能得高分，轻松击败对手，易如反掌，这点着实令我吃惊。我感到十分好奇，于是就问他为什么对每件事情都懂得这么多。他的回答很简单：“哦，这些年我自己读过一些书，也参加过一些函授课程。”但数周之后，我去了一趟他在军事基地的办公室，才发现他简单的回答有着惊人的涵义。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

自20世纪60年代后期以来，我一直没机会再去父亲的办公室。这里俨然成了他的圣殿，陈列着他在学术研究方面努力的成果。墙上的角落和柜子上，都挂满了证书、文凭及各类奖项来表彰他的学术成就。我回去后把这个秘密告诉了其他人，在场的每个人都惊讶不已，连我的母亲也不例外。我想，高中辍学的经历在父亲看来既是耻辱也是缺憾，他显然在多年前就已下定决心，要卧薪尝胆，尽其所能完成高等教育，而且越高越好。他这么做，纯粹是为了提高自身修养，从而下意识地选择了追求“更高”的目标。他的目标属于“更高”的境界，因此他总是怀有足够的武士动机，来逐一完成这些目标。

武士道的智慧

现在，让我们回过头来复习一下，在这条通往武士真道的旅途上，我们都讲了哪些要点。通过前文的阐述，我希望你们已经认识到了，“更高”的武士动机对于金融风险投资行为的重要性，它能赋予你长盛不衰的精力，并令你充满成就感。我期望你们不仅仅把它看成简单基本的行为诱因，而是了解到，武士这一史上最成功的冒险者群体，如何驱使自己不断前进，即使碰上无法逾越的艰难险阻，即使可能被击败，他们也不会退缩。

我在前文中还试图让你们警惕3个主要的“动机杀手”，即压力、愤怒和恐惧。现代人体验愤怒和恐惧的方式，与远古的“或战或逃”的反射心理如出一辙。为了抵抗和忽视压力、愤怒和恐惧的影响，人们就会感受到压力。

如果你们之前一直用心阅读本书，可能就已经明白了我的这几个比喻：武士动机好比桌子的桌面，其他一切武士道训练都以此为基础；武士动机有四大支柱（生老病死的意识、人生的目的、生活的激情和更高的目标），它们好比桌子的四条桌腿，以武士真道为基础共同发挥作用，从而保持桌面稳定。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

如果你觉得我说的切实合理，并且愿意将这些智慧运用到自己的实际生活中，那么到目前为止，我们之前的学习任务算是完成了。这也意味着，是时候迈出下一步，进一步了解武士真道了。接下来，我们将了解，武士们如何看待自己，以及如何看待自己与周围环境的关系。

交易中的武士道

我第一次和来自得克萨斯州达拉斯市的C·M先生通电话时，他听上去身心颓废。此前，他曾在一次交易会上听过我的演讲。后来，他特意给我打电话，询问我关于咨询服务和训练项目的情况。这是好事，表明他终于意识到自己需要帮助——是真的需要帮助了。但他在电话里求我帮忙的事，倒是很有意思。

C·M先生开始向我讲述他的情况。他现年48岁，是个风险投资者，也是个期货交易员。他不仅把大量资金投资到石油期货中，还投资到了世界各地的近海石油钻探中。他还说，他离过两次婚，体重超标，患有慢性头痛，而且在那年年初就被检出有轻微的心脏病，做了心脏搭桥手术。听到这里，我立刻意识到鉴于这些问题较为严重，他和我（如果他留我继续帮忙的话）都有得忙了。然而，真正令我吃惊的，是他后来的一番话："我打电话给你，是想看看你能否在投资动机问题上帮助我。不知为什么，投资已经让我提不起兴趣了。"这话令我大吃一惊。我纳闷了，一个人明明背着有害且低效的"包袱"，怎么还希望自己保持动力（甚至活下去）呢？

我立刻告诉C·M先生，武士之所以拥有不服输的精神和动机，其真正秘诀在于，他们以全面的态度对待训练和生活。我还告诉他，除非他同意对其个人进行一次全面彻底的"大翻修"，否则我不会考虑让他当我的客户。经过约一个月的思想斗争，他终于同意了这项要求。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

接下来的几个月里，C · M先生通过坐禅和武士极真定律（我会在后文谈到这两个概念），有效地缓解了过去那种游移于愤怒和恐惧间从而使情绪失控的状况。之后，他也开始认真地思考自己生老病死的现实规律，这些思考反过来也点燃了他对生命的热爱之情，促使他注意身体健康，想好好地活下去，为此他采取了合理的膳食和健身计划。最后，他重新评估了自己从事风险投资和交易行业的原因，发现自己关注的并非仅仅能从中赚取利润，他更关注的是自己投资的项目能为世界带来哪些贡献。

有趣的是，大约两年后，有一次我和C · M先生碰巧在另一个会议上重逢，我欣喜地发现，C · M先生满面春风、神采奕奕，举手投足间充满活力，俨然是个身家千万美元的人。毫无疑问，他已经彻底改变了。但他告别时说的话，真正让我笑开怀。他转过脸看着我，眼中闪烁着“武士的智慧”，半开玩笑地说：“嘿，我们到底什么时候才能开始动机方面的治疗啊？”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章

武士自我认知之道

武道传奇

遍照寺的住持把点燃的火把放在一座高 10 尺，由雪松木交叉搭建起的原木塔下，象征着节日气氛的和谐。随着原木开始燃烧，数以百计的原木板也跟着燃烧起来，上面写着参加者先前刻上的祈祷、心愿和题词。火势越来越凶猛，原木板被吞噬在熊熊大火之中，上面的祈祷也象征性地化为空气，直升云天。他们祈求众神灵能看到他们的祈祷，从而获得庇佑。

这些山上修炼武士道的行僧来自日本中部地区，俗称山伏。此次聚会来到遍照寺是为了接受每年一度的考验，以测试心智，体格和精神，并确定能否达到内心的和谐，能否实现与火、木、水、土、气五大基本元素的统一。在节日结束前，他们必须连续接受 3 项体力和智力的严峻考验，而且祈求归来时能毫发无损，心智也能得到重生。他们将要接受的严酷考验叫“修验道”——“通过痛苦的自我训练，实现证悟之道”。

夜幕降临，白天熊熊燃烧的原木塔，此时只剩下一堆巨大的余烬，发出红光。参加者开始拿起铲子，把烧得通红的木炭倒在之前已挖好的坑里。这个坑长达 20 尺，但是不深。等炭火均匀地撒落在坑道上，整个坑道看起来就像一条 2.3 寸厚、20 尺长，炙热发光的地毯，等着山伏们走过——赤足走过。走在最前

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

面的是住持，其他参加者也稳健地沿着这条火径前行。最后，每个人都安全地到达了终点，这也毫无疑问地证明了身、心、灵（身体、心智、心灵）三者能达到和谐，并且心灵对人也能起到保护作用。

几分钟后，这些精神备受鼓舞的武士们来到附近的一个洞穴，里面有一个浅水池，山上的融雪流入其中。他们踏入寒冷刺骨的水中，身上只系着腰布，然后他们坐下，让水没及脖颈。此后一直到天亮，他们都必须集中精神，靠精神产生的热气，才能在冰冷的水中幸存下来。

东方破晓时，武士们从水池中走出来，感觉经过冰水洗礼后又得到了重生。随后，他们又爬上一处离洞穴入口不远的悬崖上。在这里，他们要经历修验道的最后一个考验：双脚紧紧地系在一根长长的野生藤条上，然后整个人顺着悬崖边缘往下放，颤颤巍巍地倒吊着，下面则是高达300尺的深渊。这时候，他们必须接受命运的安排，假如野生藤条断裂，只要5秒，他们将必死无疑。最后，规定的时间一过，每个人都被拉上来，然后解开野生藤。最终，他们成功地通过了严峻的考验，对自我有了重新的认知，内在力量也得到了强化。

武士的协同

当从整体上回顾前文中跟读者阐述的内容，我认为这一章所要讲述的内容是全书中最有见解和变革性质的。前面两章作为全书的铺垫，作用不可或缺。我的目的也是想让读者进一步学习和理解武士真道，尤其是学习交易中的武士道前，能打下坚实的基础。现在，我希望你能打起精神，虚心接受我要表达的观点和看法，并给予足够的重视。

在武士终生训练的过程中，真正特别而又无与伦比之处，在于训练过程在本质上是一体的。在字面上，“一体”是指“综合或面面俱到”。在武士道中，相对应的词语是“kokoro”（字面意思是“联合成单一的行动”）。此外，这些具

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有传奇色彩的武士所展示的能力和成就，或许是历史上最早的关于协同原则的例子。“协同”一词最早出现于20世纪80年代的美国企业界，并且开始广为流行。“协同”的字面意思是“总体的作用大于各个部分之和”；企业界对此的理解是，为了提高生产力和利润，而出现在各个部门和管理团队之间的合作。但是，他们没有意识到个人“内部团队”之间可能出现的协同。我说的团队就是指人的身、心、灵（身体、心智和心灵）。

身、心、灵合一

在西方，人们往往将身、心、灵看成三个明显分开的元素。因此，人们也倾向于把负责这三个不同元素康乐（也希望能有所增进）的责任，分配给彼此毫不相关的机构。我的意思是，通常身体的康乐是医疗保健和健身机构的责任；心智的开发，由教育机构负责；而灵性（精神）的加强和救赎，则通常托付给所谓的宗教机构。尽管人的身、心、灵（身体、心智和心灵）三者之间，明显相互影响，相互依赖，但在这个看似发达的高科技社会里，却没有专门负责在一体和协同方面，发展个人、提升表现的机构或工作。

幸运的是，思想的自然进化以及我们的个人意识的提高，能帮我们解决不少问题。许多人承认他们做事情和生活的方式，以及看待人生的态度像缺失了什么，这种日益增强的感受便是明证。来自各行各业的人，因为内心的需要，开始发现很多能带来各种好处，并把身、心、灵（身体、心智、心灵）集合于一体的活动，比如瑜伽、冥想、呼吸疗法、武术，当然还有书籍，比如你正在读的这本。为此，我们要感谢武士能够忠实地记录他们的哲学和方法，让我们此时能够从中获益。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

武士道的物理层次

在我们更进一步了解武士道的身、心、灵之前，有一点十分重要，那便是把具有深刻洞察力的武士所持有的另一个观点介绍给读者。在武士看来，物理世界发生的所有事情和存在的每样事物，都可以划分为3个物理层次，彼此区分明显而又相互依存：(1) 简单物理层次，(2) 超级物理层次，(3) 形而上层次。

他们认为，同世间万物一样，每个物理层次都能自我显现。身体属于简单的物理层次，并依赖其存在和发挥作用；心智和意志属于超级物理层次，并依赖其体验和评估周围环境，并控制身体的运转和行动；最重要的一点，心灵属于形而上的层次，心智下达给身体的命令，最终都必须依靠心灵产生的能量和生命力来执行。

聚合三角形

为让读者在脑中形成一幅清晰的图像，供日后参考，我建议你拿起铅笔，把下面的图形画下来。首先，画一个等边三角形，边长约3寸（见图3–1)。在日本，三角形（包括其他许多三点构成的符号）通常被用来表示身体、心智、心灵的三位一体和统一。然后，以三角形的三个顶点为圆心，画三个直径约1.5寸的圆（见图3–2)。

三个圆分别代表三位一体中的三个完整元素，并分别标示如下：第一个圆代表简单的物理层次——身体，第二个圆代表超级物理层次——心智，第三个圆代表形而上层次——心灵。画的时候，确保代表身体和心智的圆分别在底边的两个角。最后，在三角形的中心，画上一个大黑点，并标示“中心点”。

以上你画的图形，表示武士如何看待物理世界万事万物之间的结构和相互

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

关系。其中，也包括武士对自己以及本人行为的看法，因为他认为自己就是整个宇宙的缩影。接下来，我需要你对图形做点改动，以解释武士的训练方式，以及这么做的原因。

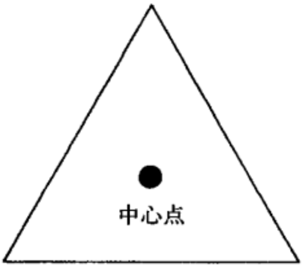


图 3–1 聚合三角形——第一部分

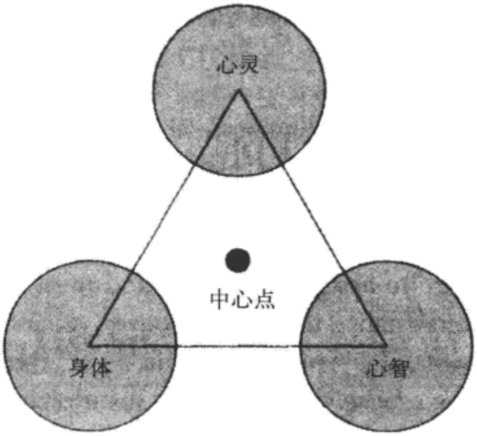


图 3–2 聚合三角形——第二部分

向中心点聚合

用铅笔从三角形的每个内角，向中心点画一个长 2.54 厘米的短箭头。三个箭头表示，经过训练和冥想，每个圆圈向中心点的移动方向。假想一下，每个圆圈真的开始向中心点移动，三者之间便会渐渐出现重叠，恰似奥林匹克五环标志。为了让整个移动过程清晰明了，你可以轻轻地把圆圈向内移动的过程画下来。

随着圆圈继续朝中心点移动，三者最终会在三角形区域内发生重叠，从而形成一个颜色更深，环绕中心点的圆（见图 3–3）。而你所看到的，代表着武士做任何事情时，在身体、心智和心灵上所追求的目标，无论这一目标是在筹备

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

阶段还是已经有了战术基础（无论这一目标是预备而用还是权宜之计）。身体、心智、心灵重叠的状态非常重要，这种状态也被称为“聚合”（见图 3–4），也就是运动员口中达到的“最佳竞技状态”。这项内容十分重要，我将在第八章中具体阐述。到时，我也会要求你对刚画的“中心三角形”图表作进一步补充，所以确保到时随时能够找到。

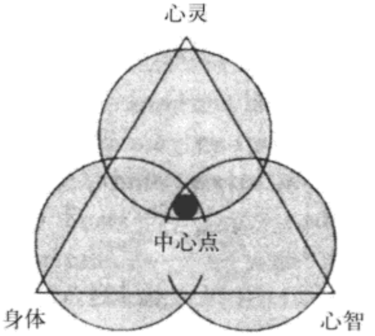


图 3–3　聚合三角形接近聚合状态

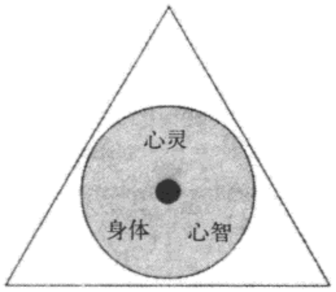


图 3–4　聚合状态

分析聚合之道

现在，让我们举几个当代的例子（你或许可以亲身实践一下），好让这些关于身、心、灵，看起来高深的思想更容易理解。在这种情况下，我们会比较武士和非武士处理同一件事情时的差异。首先，我们来做一个有点危险的动作，几乎每个练习过跆拳道的人都尝试过，那就是用手击破木板。然后，我们再做一个风险更大的动作（也许你也尝试过），就是从事市场交易。最后，你可能会惊奇地发现，在两个例子中，身、心、灵三位一体与简单物理、超级物理和形而上几乎发挥着同样的作用，就像在任何事物当中一样。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

假设有人站在你面前，手里拿着一块长和宽都是30厘米的松木板。同样，有人拿着一块同样材质和规格的木板，站在你那位不是武士的伙伴面前。你们的任务是一拳把各自的木板击成两半。首先，你们抬起双手，十指紧紧握拳。你的朋友看到的可能只是他的手，以及紧握的拳头；而你应该看到更多，了解得更深。作为一名真正的武士，你应当知道简单物理层次（身体）负责让拳头紧握；超级物理层次（心智）指挥双手，并用意志力把手变为有效的武器，并在接下来指挥它们准确完成必要的击打动作；同时你将意识到，这种武器由形而上层次（心灵）组成并环绕，也许你将感觉它周围缠绕着一层彩虹色的光环，当拳头穿过木板时，这种生命力将增强武器的性能，并起到保护作用。

关键时刻的聚合行动

随着击打木板时刻的到来，你的朋友心想，只要用力击打木板就行，并希望击打的时候不会把手弄断。但是你不同，你已经调整好了手腕的角度，确定好了拳头是否握紧（代表身体的圆圈向中心点移动）；同时，你已经把击打动作在大脑中清晰地过了一遍，并且清楚地知道该如何出手，完成一击（代表心智的圆圈向中心点移动）；最后，也是最重要的，你相信一定能把松木板击破，并且知道在你击打时，来自“更高层次”的生命力会让击打变得更有力量（代表精神的圆圈向中心点移动，最终表示聚合的完成）。

到关键时刻，你那位朋友（本能地出现肾上腺素升高，肌肉稍微紧绷，脑海中出现一丝恐惧，不经意地想象将要体会的疼痛）脸上会出现狰狞的表情，并发出一声低沉的咆哮，咆哮最后变成尖叫。随后，他狂暴地对着木板猛力一击，结果可能会出现两种情况：一是出乎他的意料，木板被一分为二，但这种结果也可能不小心打烂其他东西；二是正如他害怕和担心的那样，木板没有被击断，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

而他也感到一股剧烈的刺痛。接着，他痛苦地甩甩手，心里产生一种厌恶感，同时想："该死的，我再也不做这种事了！"

但对你来说，在关键时刻就不会出现这种情况。相反，这只是又一次及时采取聚合行动的时刻而已，与平时并无不同。身体、心智和心灵的力量——即简单物理、超级物理和形而上——突然出现协同（或者"聚合"），产生出一种"比身体各部分加起来还要强大的聚合力"。应命运机遇之意，顺武士之真道，你会发现自己正处在三角形的融合状态，随时准备发出一击（见图 3-4）。你集中精神，朝目标中心挥出一拳，势如闪电。木板如你预期的那样，应声断为两截，干脆利落。而拳头在击打后，迅速回归原来准备出击的姿势，毫无损伤。同时，你也准备好了击破第二块木板，第三块，第四块……如果需要，可以一块接一块地击破下去。

因此，在本质上同所有事物一样，身、心、灵三位一体的状态同时存在于你和你朋友的身上。但是，对其不同的认识和使用方法导致了完全不同的认知、心态、预期、执行、结果，还有——也许是最为重要的——情绪！而且，我大胆猜测，如果我对你的武士潜力估计正确的话，你已经在击破木板练习和从事金融交易之间进行深入比较了。我猜得对吗？如果不对，那我用另外一个例子帮助你理解。

在交易市场赌一把

针对后面的情况，我们先假设你和你那位不是武士的朋友都是期货交易员。然后进一步假设，你们俩碰巧住在同一个城市，能得到相同的实时数据反馈，并在同一个交易系统进行投资。为了消除其他可能出现的变量，他们还假设如果交易系统操作正确，根据以往的记录，就能在某个特定的交易市场（比如标

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

准普尔 500 指数）获利。开盘 1 个小时后，行情出现剧烈波动，盘势大幅震荡，随后行情突然上涨。面对这样的市场条件（既有风险又有机遇），系统马上就要给出买进的信号。以上就是我要阐述的背景主貌。

你的朋友坐着，眼睛盯着屏幕，一切市场变动皆在眼中，但头脑里除了不断出现的行情表、数字和图表外再也想不到别的东西，他也变得越来越紧张和焦虑，关键时刻似乎迫在眉睫。他看看电话，又看看自己的手，心里也不知道是否已经准备好了。突然，他收到了“买进”的信号，但他没有立即采取行动，而是继续紧张地看着屏幕，脑海中回忆起几天前他刚一轧平头寸，购进期货，价格便出现暴跌，令他损失惨重的情形。如果这次再出现这种暴跌情况，该怎么办？是否应该继续观望，等确定价格会持续上扬后再买进呢？

他看着本就十分丰厚的收益窗口越变越大，开始双手冒汗、心跳加速。肾上腺素在他体内急速分泌，愤怒和沮丧也突然而至。他的表情十分痛苦，发出一声深沉的咆哮，咆哮声越来越大，最后变成一句充满挫败感的话：“该死的，我得马上买进！”说完，他笨拙地抓起电话，按下自动拨号键，下了订单。但他刚放下电话，惶恐地盯着屏幕，就发现价格正如他所害怕和担心的那样，开始急速下跌。当他的停损单开始生效，头寸清算完后，他还处于赔钱状态。最终，他感受着市场行情急转直下带来的刺痛，只能摇摇头，心想：“这一行有时真是糟糕透了。真不知道我怎么会干这行。”

武士的交易经历

在城市的另一端，你身为武士，感受着完全不一样的交易行情。当面对标准普尔 500 指数，行情出现剧烈波动，盘势大幅震荡时，你要知道攻击对手防守空当的短暂时机，在任何时刻都有可能出现。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你平稳地坐在椅子中央，心里清楚，是简单物理阶段的身体和电脑技术让你掌握市场行情，对此你心存感激。你呼吸平静，吐纳丹田（身体的中心点，位于肚脐眼正下方），双手放松，准备拿起电话（代表“身体”的圆圈向三角形中心点移动）。属于超级物理阶段的心智，此时没有被昨天损失带来的情绪影响，而是冷静地评估今天的市场行情，包括突然出现的价格上升趋势。

你心里明白 “买进”的信号必定会出现，也信任你的系统数据轨道记录和极真之道中的平均普遍法则。你已经准备就绪，指挥你的手、电话、声音以及期货经纪人之间的互动（代表“心智”的圆圈也向三角形中心点移动）。在内心最深处，你相信将要做的事，也相信形而上层次产生的“更高境界”的生命力，能够强化你的行动（代表“心灵”的圆圈向三角形中心点移动，表示聚合的完成）。你已经进入了“三角形聚合区”。

“买进”信号如期而至，你执行计划、下单，速度如闪电，效率奇高。作为一名具有真正武士道精神的交易员，不管好坏，你都能接受（本例中指持仓）。在命运看来，当你看着不断上涨的行情价格，今天势必会以利好收场。你一直保持冷静，但也十分警惕盘势的变化。半个小时后，行情急转直下，你抓住获利，选择平仓出场。最后，你坐下来，怀着武士的心态对交易计划的顺利执行感到十分满意，同时心想：生活是靠自己创造的。交易便是我创造更好的生活之道。

形成聚合力

回顾前面的内容，我希望向你提供一些有深度的见解，以介绍武士如何看待自我，以及他所居住的自然环境的构造。希望你能开始体会身、心、灵三位一体的真理和重要性，也能意识到把三者聚合到一起的明显好处，因为这样能形成一股比各部分加起来都更强大的聚合力。同时，我也希望你开始寻找并认

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

清三个区分明显的物理层次，这三个层次存在于你周围的场景和事物中，并且是它们存在的原因。

随着运用这些观念的经历增多，我确信你能跟我得出相同的结论，那就是无论是行走在燃烧的木炭上，还是坐在冰冷的水里，或是危险地倒吊在悬崖下，或者用手击破木板，还是从事金融风险交易，知道并把这些真理为己所用才是最重要的。

在本书第二部分的相关章节里，我将为你阐述聚合的具体方法，并帮助你随心所欲地进入这种状态，对于如何运用目前为止我所讲到的其他真理，我也会介绍更为具体的方法。但在阐述这些技巧前，我们需要先发掘武士的用心之道以及它的好处，这也是我们接下来将要学习的内容。

交易中的武士道

我们都曾经有过这样的经历，那就是遇到重大场合或者演讲时，都希望精神上备受鼓舞。我感兴趣的是，许多从事高风险行业的人，尤其是投行或市场交易的从业者对此的众多处理方式。许多这方面的从业者，比如来自纽约的S·O先生，大都是大学里的体育明星，有的甚至是职业选手。说到“保持竞技状态”，他们十分崇拜那些古怪的“仪式”和“迷信”。

S·O先生是纽约一家大型金融机构的投资银行家和交易员。我第一次见到他，是在我的一处训练场馆。当时，我便发现他富有朝气、魅力四射，而且总能为身旁的人带来欢乐。他也很快把我看成志同道合的好友，因为我们都参加过美国锦标赛，不过他参加的是篮球锦标赛，而我参加的则是跆拳道比赛。他似乎特别钟情于提起“往日的美好时光”，比较我们各自如何在大赛前调整心理状态。但是，比较得越多就越能发现，在为应对高风险局面作准备时，我们的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

基本理念和应对方法都存在巨大差异。

我们实现自我鼓励的方法，都源自于年轻时参加的体育比赛，听到这里，普通人会觉得我们确实很像。但也仅此而已。S·O先生当时的方法似乎都是一些外在的（也有点不切实际）个人习惯或者吉祥物，比如反复穿同一条运动裤，倒着走进体育场，或者在比赛穿的袜子里再穿一双红袜子。同时，他也相信这些事情要么能带来好运，要么能驱走厄运，视场合而定。

在当时，为了赢得一场重要的体育比赛，也许这些都能接受并且还很有用。但是，我向他解释，在商业环境里，他的这些方法缺乏“概念完整性”，也没有持续可行的操作性。他需要的是针对“如何保持竞技状态”，在脑海里形成一副内在（并且有用的）的整体图像。还有，他的那套准备方法不仅要阐述身、心、灵三要素，而且对最终决定我们生活的物理三层次也要兼顾到。简言之，他需要的是能帮助他在准备“战斗”前实现自身真正的“协同”方法，而不是自欺欺人。

整个周末，我用各种方法让他知道，我在25年前为准备跆拳道而使用的冥想、视觉化锻炼和哲学方法，与现在为准备高风险投资或演讲的方法并无二致（这也是你们将在本书中学到的方法）。我向他指出，这些方法之所以到现在还能发挥功效，在于它们阐述准确，便于操作。此外，还能帮助我协调利用所有资源。

数月后，在一次训练结束后我找S·O先生交谈，他告诉我，在向一个潜在客户准备一个数百万美元的重要方案时（关系到他的事业与成功），他感觉比以前轻松许多，对自己也更有把握。我叫他尽可能地总结，是哪些内在的变化让他有进展。他解释说：“我不用为了推销一个投资项目，假装是一个充满斗志的篮球运动员。”现在，我把自己完全看成一名身心灵合一、充满自信的武士，但不是普通的武士，而是一名从事金融交易的武士，因为武士的意思就是“提供

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

服务和保护的人”。我不用激励自己去应对投资客户的抗拒，现在我能完全地为客户的需要提供服务，我也为保护客户的金钱以及我个人的声誉作好了准备，不惜任何代价。还好，他们都能配合我的想法，而且情况都比过去好得多。

作为老师，我感到十分骄傲和欣慰，透过他的话语，我意识到S·O先生用自己特有的方法学到了一门简单却十分重要的武士道精髓，并且学以致用。那就是自我认知之道是决定生死、成败、输赢的关键，尤其是对学习武士道的交易员而言。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章

武士用心之道

武道传奇

吉永剑士立于大房间中央，身侧佩戴武士剑，蒙着双眼，一动不动。约 20 位学生在房间两侧坐成两排，焦急地等待着师父表演。他要表演的是著名的“心灵之眼”和剑道，其技术精湛有如神助。吉永剑士手下的 4 位顶尖教练也站在房间里，上身未着衣物，所站位置是他们自行挑选的，与吉永剑士的距离也随机而定。吉永剑士这项演示的危险系数极高，但 4 位教练都自告奋勇地要求参加。

每个“自愿者”都各自拿着一个不同的水果，而剑士的任务就是用锋利的武士刀劈开这些水果。第一位教练嘴里含着一根未去皮的香蕉，双手紧握于身后。第二位教练右手掌平摊，上托苹果一枚，左手紧贴身后。第三位教练的右手臂绕过头顶，手握一根黄瓜，顶着脖子左侧的颈静脉，其左手及左手臂紧贴身前。第四位教练端着一个西瓜，直接顶着肚子，其右手放于西瓜顶部，左手则托住西瓜底部，垂直端着。

每种水果具体应该怎么拿，身体采用什么姿势，水果放在哪个位置，这些在演示前就已经仔细安排好了。另外，他们也已经约好，要在吉永剑士蒙上双眼后，才自行挑选水果，这样，吉永剑士就无从得知他们各自拿了哪种水果。剑士还向在座的每个人解释，此次惊心动魄的演示，任务就是估测出 4 位教练

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的位置和方向，判断各个位置分别是谁，各自拿着哪种水果，然后连劈4刀，用不同的刀法将这些水果劈成两半。当然，他同时还有一个任务，就是保证这4位信任他的教练毫发无损。

此时，整个房间鸦雀无声，毫无动静。吉永剑士缓缓地深吸了一口气，然后将之呼出，紧接着他抬起头奇怪地四下转动。随后，他猛跺一脚向前迈进，停步转身后，又重复向几个方向跺脚迈进。接着，他将右手高举过头顶，打出几声响指，同时转身360度。随后是长时间的停顿，大师除了呼吸和偶尔重复奇怪的抬首动作之外，没有任何动静。

最后，吉永剑士加快了呼吸，然后猛地拔出剑来。他自信地冲到口含香蕉的教练的左侧，大呼其名，同时以迅雷不及掩耳之势将香蕉劈成两截。

接着，他迅速朝另一个方向移步，冲到手托苹果的教练身旁，抽出利剑高举过头顶，劈向苹果的同时，同样高喊那人的名字。苹果被瞬间切成两半，利刃正好停在了托举者的手掌上，纹丝不动。吉永大师将刀刃抬起2.5厘米，后退一步，然后45度转身，冲到第三个教练的面前。

他挥刀绕了一个大圈，干净利落地横劈过去，同时像前面两次一样高喊对方的名字。黄瓜的下半截啪嗒一声坠落地面。剑士迅速回到助手所站阵型的中央，动作如猫般敏捷。武士刀在他的指尖转动，刀柄在他的掌中翻转。他仿佛在黑暗中寻找着第四个目标的位置。

剑士大吼一声，听上去不像是叫第四位教练的名字，倒像是战场厮杀的咆哮声。只见吉永剑士箭步向前，武士剑拖于身后。最后一秒，他猛地向左转身，身后扬起的利剑正好劈向西瓜，将其彻底劈开。吉永剑士立即再次回到阵型的正中间，挥动手中的剑，再以传统清理血迹的手法擦拭剑身，然后将其放回身侧。

吉永剑士取下眼罩，确认了4位教练都相安无事，然后转身面对学生。在座的学生无不瞠目结舌，张大嘴巴，一副难以置信的表情。剑士对他们说道："你们刚才目睹的，既非魔术表演，也非超能力。你们看到的仅仅是武士'心术'以及用心所得的力量在一起作用罢了。"如果你们继续训练武士真道，自然就会领悟其方法，我今天所表演的，届时你们自己也能做到。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

武士之“三心”

武士们令人难以置信的意志力，是建立在心术这一基础框架之上的。“心术”有三个基本要素，分别为“一心”、“无心”和“残心”。虽然你们通过本章和后面章节的学习，可以自己逐渐领悟到每种心境的含义和各自的独特作用，不过，我有必要在此先带领你们简单地了解下它们，以便你们更好地掌握。

“一心”（字面意思是“一心一意”）指的是武士全心全意地沉浸在当下的心态。当武士在体验此心态时，往往会将繁杂的知觉意识和思想集中于某个单一的想法、体验或行为。通常情况下，这种状态是最有利于他实施攻击的，因为它会消除心中的恐惧和犹豫（这一点将在第十一章中提到）。当“一心”的状态不断扩大，并同时包容了一切感官知觉时，我们就称这种状态为“用心”，这也就是本章的主题。

“无心”（字面意思是“什么也不想”）指的是内心虚空，毫无想法、情绪或知觉意识的心态。根据我的经验，这种无心的状态是西方人最难理解、最难实践的，因为它要求人们在一小段时间内清除心中的一切理性思考。当你读到第五章的内容时，你将发现，对于武士来说，这种心态对清除无用的杂念和情绪十分重要，而且有助于他们探索内心世界。

“残心”（字面意思是“任何风吹草动都能发觉”）指的是，武士全心专注于眼前出现的状况和身边发生的变化，并对这一切保持敏锐的洞察力。然而，与此同时，他对观察到的一切不进行思考，也不会因为任何特定的想法或期望而产生判断上的偏差。对于武士（尤其是把武士道精神用于市场投资的人）而言，“残心”是终极的和最有效的心态。因为它让武士保持高度的警觉性，时刻准备着对可能发生的任何状况作出闪电般迅速的反应。

在此，我必须指出虽然“残心”十分重要，但我们无法通过刻意的学习或

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

练习获得它。我们只能通过在日常生活中经常练习“用心”和“无心”之道，并通过定期的静坐冥想练习（第八章中会提到），以此自然而然地获得“残心”的心境。我之所以在本章和下一章的内容中都用于讨论这两种至关重要的心理技巧，原因就在于此。现在，让我们先从武士用心之道开始学习。

发现知觉信息

这个世界，知觉信息随处可见。但令人难以置信的是，多数人永远都享用不到这些信息，也无法从中获利。我谈武士用心之道的主要目的，就是要让你们对这一现象不再麻木和无视。

那么，说到“用心”一词，你会想到什么呢？大多数人会将它等同于“集中注意力”，这种想法也还算可靠。有的人可能认为它无异于“用尽心思”，这也没错，尤其对于大多数西方人，因为他们只要醒着，就很可能会思考各种没用的东西。事实上，如果心里装满这些没用的思想和杂念，会使大多数人一直无法“发挥大脑的知觉能力”。而发挥知觉能力，恰恰是“用心之道”的内涵之意，希望你们能掌握这一点。

常人都有 5 种感官，我们能够通过这 5 种感官感知周围的世界，这是一个简单的生活常识。如果你忘了是哪 5 种感官，那我在这里列举一遍，它们分别是视觉、听觉、味觉、触觉和嗅觉。我猜，你们可能回想不起来，是因为大多数人真的会忘记这一点。对于大脑来说，这 5 种感官一直都在，随时可用，因此你们很容易忘记它们的存在，更准确地说，就是会认为它们的存在是理所当然的。这就是你们真正开始享受不到知觉信息的时候。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

了解机体的潜力

随着科学技术在个人和社会层面的不断进步，我们对世上最先进的一种科技的关注却日益减少，那就是人类生理学。尽管我们自恃聪明、进化程度又高，但是可能还需数百年的探索，才能真正了解人体机理的复杂性及其近乎神奇的潜力。我们必须记得，正是通过这 5 种感官，我们神奇而又可能无法复制的机体，才能与外界环境保持同步。

“进化程度不高”的动物王国就幸运多了，他们没有受机械或科学技术的影响，因而保持着敏锐的感知能力。人类可以透过光学科技，清楚地看到距离我们很遥远的物体，而鹰或美洲狮光凭肉眼，就能觉察到附近草丛中的动静。人类利用声学科技制造出仪器，能窃听附近的对话，而鹿或兔子光凭自己的耳朵就能听到。人类制造了复杂的仪器，能在地震到来前“感知”地面的震颤，而马或猫无须仪器协助就能侦测到震感。人类有仪器帮助我们勘测和追踪地底的天然气，但任何优秀的猎犬或狮子也能做到同样的事。价格高昂、程序复杂的基因测试能帮助我们判断某个血液样本是否来自于你的亲属，而鸟或狼只要用舌头舔一下或者用鼻子闻一闻，就能知道这一点。

读到这里，你可能会争辩，上文列举的技能是动物王国所特有的，人类根本不具备这些能力。但这样说是站不住脚的。你可以想想美国原住民、澳洲原住民、与世隔绝的非洲部落以及北极的爱斯基摩人等，他们在科技方面很落后（多数居民是武士或猎人），却展现出很强的本能。事实上，他们这种超感官的能力似乎是人类机体中自带的一种特质，与生俱来，除非某些因素阻碍其发展或使之退化（例如长期不用，或是受高科技的影响）。“超感官”一词的含义，正是接下来我要讲的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

用心之道的物理学原理

通过上一章节的学习，你们已经认识到，在武士看来，万事万物都处于3个物理层次中，它们分别是：简单物理层次（即宇宙的“身体”，赋予事物形式和功能）、超物理层次（即宇宙的“心智”，感知和引导事物）和形而上层次（即宇宙的“心灵”，给予事物能量，促进生命的产生）。因此，“超感官”暗指一种心智方面超物理的功能，武士都知道，任何心智方面的东西都能通过我们有意识的努力加以改善和提高。那么，怎样才能将你们的“简单感觉”认知提升到更高级的“超感官”能力呢？又为什么要这样做呢？好吧，你很快就会发现，要做到这点其实并不难。

在我看来，大脑以不同的效率水平运转和为你服务，其作用原理与肌肉的运作异曲同工。你会如何增强肌肉的效率？当然是去锻炼它。为什么选择这种方法呢？因为肌肉存在的意义就是为人体活动提供力量，只有在正常工作中，它才能处于最佳状态。因此，如果希望大脑为你提供最高水准的服务，很好地感知周围的事物，按道理你就要相应地锻炼它。这就是武士用心之道，你可能会惊奇地发现，自己或多或少已经开始进行训练了。

日常的选择性用心

这些年来，我发现了一个事实，大多数人或多或少都经历过所谓的“选择性用心”状态。我的意思是，出于种种原因，他们某个感官的感知能力得到了增强，原因可能是由于某种特定的活动、爱好、兴趣，有时甚至是因为某方面的残障。下面我给你们举几个简单的例子，主人公都是我认识的人。

我早先的临床工作地点设在一个办公楼里。楼下有个便利店，店主是个盲

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

人，名叫拉里。不管谁进来，拉里都会说上一两个好笑的笑话。因此，有时我会在傍晚时分下楼休息一下。某日，我发现他正全神贯注地忙碌着，仔细地给零钱分类。

一开始，我以为他只是想把钱按照不同的币值分成几堆，方便计算一天的收入。然而后来，我发现他早就已经分好了，现在正在“观察”每堆硬币，时不时地从中挑出一个，放进衬衣口袋里。我天生好奇，就忍不住问他在干什么。他回答说，自己有个爱好，就是收集罕见的硬币。他刚才在用手指触摸硬币，判断它们各自的铸造日期和地点，从中寻找铸造方面比较特别的硬币，期待它们增值。许多正常人用肉眼无法察觉的东西，他用手一摸就能知道。不仅如此，对于每个进他店里的人，他都能根据脚步声或气味特点判断出这个人是谁。

我的哥哥史蒂夫经营着一个餐馆，他经常以烹饪大师自居。不管什么汤料或酱汁，他只需尝一小口，就能精确地说出其配方。有趣的是，他甚至还能判断出烹饪用的锅是什么材质，汤汁是用天然气还是电炉煮的。

我的妹妹凯伦是一个音乐唱片发烧友，她对音乐和音响系统超级敏感。她自己什么乐器都没有学过，却能精确地说出某个乐曲是由哪几种乐器演奏出来的，连最复杂的音乐也不在话下。另外，只要听一小段音响播放的音乐，她就能告诉你这个音响的均衡器是怎么设置的，这种设置对于所播的音乐是否“正确”。

我的母亲这辈子见过许多风寒感冒和流行性感冒患者，也照料过不少患者。她只要看一看你的气色，就能诊断出你有没有发烧，还能准确地说出你的体温。除此之外，她还认识一个拉丁裔的接生婆，那人只需一眼就知道某人有没有怀孕，正确率可达 100%。

还有一件事，很有意思。我们有位朋友来自泰国，名叫苏菲，个子很矮。苏菲也承认，自己有点娇生惯养，到现在还和父母住在一起。她很清楚什么时候适合向父亲开口要钱。苏菲说，每当父亲的钱包里有点“闲钱”，他“走路的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

样子会和平常稍有不同”。我想这个例子也表明了，同样是训练用心之道，有些人从中得到的好处会比别人更多。你明白我的意思吧。

多运用感官

我列举这些事例旨在说明，大多数人在生活中都已体验过某种高层次的用心之道，你可能也不例外。但是，人有5种感官能力，如果只提高其中一种，实属浪费，而且肯定也不足以把你的心智功能锻炼到我们所期望的境界，希望你也同意这一观点。为此，你应该鼓励自己让5种感官尽全力发挥最佳状态，并且必须把它作为武士的首要任务之一。

这里要告诉你一个好消息：仅仅通过阅读这个章节，你就已经经历了最初两个阶段的学习。目前，你正处于“知道自己知道什么”的阶段。在这个阶段里，只要你有心去做，并且认识到身边有什么东西是有待你去感受的，你的“简单感官”就能轻松地转化成为“超感官”。最简单而又最好的方法，就是定期关注自己某种感官的感受，最好按照一定的顺序，循环进行。每次进行“用心的休息”训练，只需先花15~30分钟，判断某种特定的感官当前接受到了什么信息，然后再“延时”片刻，看看还能观测到什么。

正如禅宗隽语所说：“无论身在何处，关注当下。”就是这么简单。同时，通过反复的调整，这5种感官很快就会开始为你的大脑传送信息，并且其传输能力会不知不觉地提高。通过这种训练，你对身边一切事物的认知度和敏感度都会提高，对投资机会也是如此，连你自己都会大吃一惊。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

揭开武士道大师的“神秘面纱”

在本章结束前，你可能有兴趣知道，本章最初的故事里的吉永剑士，是如何完成那套高难度演示的。

首先，他面朝各个方向用力跺脚，会在地板上产生出一系列振动，这些振动传到几位教练脚下时就会受到干扰。根据这点，他就能初步判断出他们的位置。之后，他转体 360 度，同时打出响指，发出的声音在周围产生回声和声音“死角”。他就是根据这些声音，进一步确定了教练们的位置。然后，他抬首四周转动，通过分析教练们各自散发出的气味和独特的呼吸声，确定了他们分别是谁、各自面对哪个方向。最后，他通过水果散发的香味，判断出每个人分别拿着哪种水果，具体摆着什么样的姿势，水果都放在哪个位置。

每次上前劈砍时，吉永大师都会高声喊叫。声波被教练的身体阻挡时会迅速减弱，通过分析声波，他就能进一步确认他们所站的位置。当剑身穿过各个目标的瞬间，吉永大师的触觉发挥了作用，让他精确地了解到什么时候水果恰好被切割完毕。在演示刚开始的时候，他先缓缓地做了一个深呼吸，那是为了清除脑中的杂念和干扰他的想法。“无心”状态为武士扫清障碍，使他们得以准确地接收至关重要的感官信息，而这正是吉永剑士和几位信赖他的教练所依靠的，对于那个手持黄瓜贴于颈部的武士来说更是如此……而那人正巧就是我。

那么，现在就让我们进入下一个内容，学习“武士无心之道”，以免我继续回想当时的场景，那样的话我可能又要浑身发抖、直冒冷汗了。

交易中的武士道

你永远都预料不到，武士精神或用心之道在何时可能派上用场或者为你带

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

来好处，也预料不到它们会以何种方式发挥作用。生活在科罗拉多州斯普林斯市的G · L先生，碰上的一件很有意思的事，就是一个例子。

G · L先生最大的爱好，就是为金融业开发和编写电脑软件程序，他全职做这种事。但这并不意味着他对市场毫无兴趣，尤其是股票市场。为了增加收入，他除编写程序以外，还持有相当多样的证券投资组合，并亲自操控交易过程。他能凭直觉判断哪个新上市的公司较有投资前景，并且引以为豪。G · L先生在我门下训练武士道期间，曾坦言，自己选股的方法有时“相当不正统”。但真正引起我注意的，却是他开始定期练习坐禅的几个月之后所创立的一套方法，其中也包括用心。

据G · L先生所说，一位股市分析师常在他的梦中出现，并为他带来股市情报，使他开始获利。有趣的是，这个分析师和他自己长得一模一样。他知道我做过大量与梦境相关的研究，就打电话询问我，他梦中出现的分析师是否和灵媒有关（我先安慰他说，他没有像他自己常说的那样，因为修行“禅道之类的玩意儿”而走火入魔）。虽然，我承认自己对他的故事很着迷，但我一开始就倾向于认为，他的故事也许有比“灵媒”更为科学的解释。我相当清楚武士的禅心具有多么奇妙的潜力，另外又加上直觉的引导作用，我决定对此事进行一些调查研究，冒险类电影可能会称其为“梦境中的股市分析师奇案”。

我先问G · L先生，每天都是如何关注股票的涨跌情况的（他的答案是阅读《华尔街时报》）。之后，我让他向我列出10只他自己查看最频繁的股票，以及它们在纽约证券交易所挂牌的代码。然后，我又向他要了5只按照“梦境中的股市分析师”的建议新买进的新股代码。之后，我开始搜集《华尔街日报》的最近几期的过期刊物，越多越好，尤其是G · L做梦当天的那几份报纸。此后，我就开始进行分析工作。当我发现了事情的真相时，我惊讶不已，由衷地感慨G · L先生所修得的禅心境界。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我先用黄色荧光笔把报纸上的10只G·L先生最关注的股票名字标出来，又用蓝色荧光笔标出“梦境股票”，全部标明之后，一个有趣的现象跃然纸上。我将《华尔街日报》的股市行情版面打开，双手握住报纸举到距离身体一个手臂的位置。结果发现，每个“梦境股票”所标位置，距离他经常关注的股票都不到7.6厘米。我立即意识到，他的心思一直不知不觉地跟着那几只“梦境股票”打转，这种能力和他定期的用心之道训练是分不开的，表现也较为隐蔽。看来，他的大脑一直下意识地在外围（但也很用心）观察着这几只股票，一旦确认它们有上涨的趋势，就会以梦境分析师带来股市情报的形式，将此信息报告给大脑意识。

你说这是“不可能的”？可事实看来真是如此，尤其是对于这位生活在科罗拉多州斯普林斯市的用心的武士交易员来说。我写这本书的时候，他买入的“梦境股票”总值上涨了1万多美元！我觉得有点想打盹了，你有吗？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章

武士无心之道

武道传奇

日本在封建末期有许多“浪人”，也就是没有主人的武士。他们游走于各个村庄之间，寻找工作和决斗的机会。在本州岛南部的一个小村庄，有一个茶道师傅，他生活拮据但技艺精湛。某日，他在路上不小心撞到一个浪人，无意间冒犯了他。浪人火冒三丈，叫嚷着要和这位谦卑的茶道师傅“决一死战”。

茶道师傅害怕地说：“但是，好心的先生，我不是什么武士，我只是个卑微的茶师。如果我在无意中冒犯了你，我感到很抱歉！请你看在我对剑术一窍不通的份上，接受我的歉意。”但那位浪人完全听不进去，坚决不退让，执意要决斗。

浪人把备用的剑交给茶道师傅，并说：“日落时分，我们在小镇的郊外见。另外，我建议你立即开始练习剑术！”说完，他怒气冲冲地转身离去。

茶道师傅不知如何是好，急忙跑到住在村里的一位剑师家中。这位剑师名叫富市，名声在外，茶师将自己的危险遭遇和处境如实地告诉了富士。剑师考虑到茶师的处境，对他说：“情况确实不妙，如果你要去决斗，毫无疑问会死在那个浪人的刀下！我唯一能帮你的，就是教授你如何能死得有尊严。”

茶道师傅感到无所适从，就按照礼节为剑师和他自己泡了茶，他泡茶的方式有些与众不同，这一点引起了剑师的注意，并由此想到了一个主意。剑师大

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

声对茶师说："你未必会死！我来教你正确的握剑方法和姿势。只要你在比剑时，让自己处于刚才泡茶时的那种心态，你就能赢得决斗！"

茶师听了，简直不敢相信自己的耳朵。他过去连剑都没拿过，更别说用剑去伤人了。剑师所说的"心态"究竟指什么呢？这个问题还没有问出口，剑师就先回答了，他问茶师："你泡茶时，心里想些什么？难道在想，我只是个低下的茶师？"

茶师答道："恰恰相反，事实上，我什么都没想。"

剑师哈哈大笑，说道："正因为如此，你才会赢！明天面对那个浪人时，你就拔出剑，高举过头顶，一会儿我示范给你看！然后，下定决心要在对方出第一招时就一举将其击倒，千万不要去想自己是个茶师不是武士。事实上，你什么都不要想。让自己彻底进入无心的境界，就像你刚才沏茶时那样。"

次日清晨，当第一缕阳光刚穿过附近的山峦，那位浪人便来到了指定的地点，茶道师傅也按约定准时到达。双方先依照决斗的惯例进行了仪式，然后拔剑备战。浪人将剑举到身前，摆出中段姿势（两手呈扣扳机状，右手在前，左手在后各握于剑柄两端，左手放在离小腹一拳左右的位置，剑尖指向对方喉部），然后开始试探性地绕着对手转圈。茶师则把剑缓缓举过头顶，按照剑师示范的那样，摆出传统的哈索姿势（把剑持于右肩平齐的部位）。然后，他按照指示清空了脑中一切杂念，双眼直视浪人的眼睛。

浪人盯着茶师的姿势和清澈无瑕的双眼，一动不动，双方对视了相当长的时间。浪人开始因为眼前这一切变得极为不安，最后只得投降认输。他说："我错了！我没有能力战胜你！请接受我的道歉！" 说完，他便收剑入鞘，向茶道师傅鞠了一躬，然后为了活命仓皇地逃离了这个村庄。

武士的"有无观"

我们先不急着深入探讨无心之道，因为我想在此之前，先大体说下武士对

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

于宇宙“空无”这一法则的态度，而我认为这个步骤同样重要。如果你曾阅读过亚洲哲学或者文学著作，尤其是中国和日本的这类著作，你很快就会发现，亚洲人十分重视“四大皆空”的观念。事实上，在经典武士道著作《五轮书》中，作者宫本武藤用了最后一整章的笔墨来探讨这个问题。而他这么做其实有着深刻的原因。但为了帮助你们理解个中缘由，我必须小心翼翼地涉足传统宗教和思想这类敏感话题。

大多数的西方人，尤其是犹太教教众，不太会分析考虑 “上帝”何在、“上帝”是何许人等问题。我对宗教怀着应有的敬意，根据我自己的经验，西方人对这些问题的回答常常都是一些陈词滥调，或是只给出事先想好的说法，例如“上帝无所不在”、“上帝就在天堂”、“上帝就是爱”或者“上帝是万物的创造者”。有意思的是，几乎所有东方宗教或思想也都这么认为。唯一不同的是，东方宗教教众针对这些问题给出的定义更加深刻，达到了生命和实践的层面。在这一层面，“上帝”也被冠以“唯一”、“宇宙”及“虚无”等名字，他存在于世上一切思想、行为、物体和状况中，没有什么事物能例外。但是，我们必须用稍微科学一些的视角探讨这一点，以说明我的论点。

“实在”的真相

请在脑中构思一块简单平凡的石头。它的重量、纵深、宽度、高度、颜色以及形状都真实可触，不太有谁会怀疑它是否真实存在。然而，我们越仔细观察，就越会发现，这块石头所谓的存在其实只是我们的幻觉。有人曾说：“上帝从空无创造万物，但有时，事物的‘空无性’会显露出来。”这就是真理。

在量子物理学家看来，一块石头所代表的涵义，并非“仅仅是块岩石”那么简单。他会告诉你，石头是由大量分子排列组合在一起所构成的，这些分子

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

间大多是空隙。他还会说，这些分子由大量原子排列组合所构成，这些原子间大多也是空隙。接着，他还会继续告诉你，这些原子由各种亚原子级的微粒（实际上并非真正的微粒）排列组合在一起所构成。这些微粒携带着不同的电荷，以光速围绕着彼此飞转，而它们之间大多也是空隙。最后，他还会说，根据目前的科学所知，这些亚原子级的微粒，其实也是由夸克和中微子等“非物质”所构成，这些“非物质”源于想象，实际上并不存在。它们由一种我们叫作“时空”的完全虚无的东西构成，除此之外，它们什么都不是。

这样看来，我们看到的这块石头，似乎不复存在，或者说，至少它已不再是一个可界定的实物了，并非像我们平常理解和认知的那样。务实的人会认为，这一事实可能带来两种后果：一种是它可能给我们的概念认知带来困境；此外还有另一种可能性，即它让我们以全新的视角看待宇宙，以及它和一切存在于世上的思想、行为、事物和存在状况的关系问题，其中也包括市场和贸易的问题，这就是我之所以在本章的开头谨慎地讨论这个敏感话题的原因。事实上，如果我不在本章的开篇触及这类话题，而是直接开始讨论无心之道的目的和价值，那可以算是严重的疏忽。因为，我最终希望你们明白一个道理，无论你们看到的是石头、市场，还是任何其他东西，一切“有”的核心，都是潜能无限的“无”，也就是武士们所说的“虚无”。就我所知，要领会这一道理，最自然的方法就是练习无心之道。我想，《圣经》上写的：“静下心来，就会明白我是上帝！”说的正是这个道理。

无心之道的本质

让我们继续讨论这一课题。武士的无心状态可以说是一种特意营造出来的心态，在此期间，修行者的脑中完全没有任何想法、情绪或感受。无心状态只

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

会持续一小段时间，几分钟到几个小时不等，有些得道高人能连续保持好几天。人们特意修行无心之道，主要为了两个基本目的。对于武士来说，二者的重要性不相上下。两个目的说来简单，一个目的是“清除杂念”，另一个目的则是“追求和谐”。二者都能为修行者带来独特而又巨大的好处，因此都十分重要且很有用。

整个世界充斥着杂念

有一个事实我们很容易就能察觉到，那就是我们的头脑里常会没完没了地充斥着看似无害的内心对话、残留的情绪和各种意识上的“杂念”。要证明这一点很简单，只要你闭着眼睛坐着，仔细“倾听”片刻。我确信你会发现它们的踪迹。我也同样相信，它们并非完全无害。事实上，它们会严重削弱你完成复杂任务的能力，使你无法清醒地作出重大决定，无法与更高的直觉顺利对话，无法像前文说的那样将身、心、灵集中于“三角形聚合区”。另外，别忘了我在第二章中提过的一个医学常识，即长期处于恐惧和愤怒等负面情绪中，对于身体健康是十分有害的。

所以，毫无疑问，要清除心理上和情绪上的杂念所造成的负面影响，最合乎逻辑的办法，是定期修炼无心之道，以此在短时间内清除杂念。每当你修炼“清除杂念”时，所有残留的杂念可能带来的危害都会减弱，最终随杂念一并消失。“无心之道”所对应的“用心之道”，同样会帮助我们提高当前生活的舒适度，使我们更加自信。只有在这时，你才能真正地控制自己的生活。

“无心之道”所对应的“用心之道”，同样会帮助我们提高当前生活的舒适度，使我们更加自信。只有在这时，你才能真正地控制自己的生活。

至于保持和谐方面，它的好处实在明显不过，这一点根据本章开头所说的就能领会。要问怎样做最有利于我们达到种种目标，无论是打赢一场生死决斗，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

还是在金融市场上买进卖出，有什么答案能比得过“接触”各种事物呢？据我所知，世界万物（包括我们的内心）确实有共同且更高的本源，拥有着相通的思想，并发挥着共同的作用。若能与之沟通并和谐相处，将有助于你增强直觉能力（关于这一点，我们会在第九章的内容中详细阐述），还能增加你成功的概率。

开始修行无心之道

读到这里，如果我安排的任务已经顺利完成的话，你应该能开始体会到，每日修行“无心之道“，在武士心术修行这一个总体框架下具有重要地位，也应该开始了解这样做的潜在价值了。如果确实如此，你现在应该希望能尽快亲身修行无心之道。在一开始，我提倡你们对这种试验加以限制，只进行两项简单的练习，对此我过会儿会详细阐述。这样做有助于你的体验和培养耐心，循序渐进地按照简单的步骤步步提升，而我们之后的修行都要以此为基础。在第八章的内容中，我会详细指导你们如何坐禅，并阐明其原因。到时候，你们就可以将我在前五章所说的一切，融合到一个简单的过程中了。

但是目前，你只需记住，你要用锻炼肌肉的方法训练你的大脑。要想增加肌肉锻炼的效率，你必须练习“推”和“拉”的动作，以增加肌肉的伸缩性。对大脑的训练也是如此。为了达到最好的长期效果，你每日只需练习上一章中所讲的用心之道（相当于“推”的动作）以及两个助你达到无心状态的简单练习（相当于“拉”的动作）。

睁眼练习

以舒适的姿势在椅子上坐正，双眼盯着一只带秒针的手表或时钟。练习时，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

要把钟表放在人眼微微向下斜视正好能看到的位置。练习的目标很简单，就是双眼直盯着钟表，同时清空脑中的一切想法，甚至连这个钟表的存在、秒针的转动或者时间本身的流逝都不去思考，并且毫无意识。你要试着逐步延长练习无心状态的时间，先练 15 秒，再增至 30 秒，然后到 45 秒，以此递增。

闭眼练习

这个练习与上一个练习完全相同，也要在面前放置一个钟表。唯一不同的就是，在这一个练习中，你要闭上双眼。我建议你，在刚开始进行 10 多次呼气和吸气的同时，要全神贯注于自己的呼吸（用心之道的体现），这个方法有助于你的起步。这样做的目的是，让你的意识集中于内心的层次，并尽量避免内在因素分散注意力。练习时间的长短和睁眼练习一样，必须逐渐延长。

有耐心定会有收获

在上一章，我带你们初步了解了“武士心术”。当时我说过，根据我的经验，无心之道是西方人最难掌握也是最难修行的武士道精神。你自己也会感觉到，要想修行无心之道（或是生活中要完成其他任务），你的主要障碍是缺乏耐心、感觉无聊、因杂念分心，还有缺乏促使你继续尝试下去的内在动机，这些都是缺乏武士精神者的通病。但我可以保证，只要努力修行，一定可以修成正果。我还可以保证，这段修行必将硕果累累，值得你花时间耐心练习。

在这部分里，我一直试图帮助你打下一个基础，有助于你们理解，这些传奇般的武士以什么状态生存，又为何能继续生存下来。另外，他们表现出的不屈不挠的意志力背后，蕴涵着怎样的哲学思想和修炼方法。要追随武士真道并

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

要追随武士真道并不是一件容易的事，生活中任何真正有价值的东西都是难以获得的。

不是一件容易的事，生活中任何真正有价值的东西都是难以获得的。但是，如果你真的确信，贸易和金融风险投资是你一生的事业，那我鼓励你尽力做到最好。

我相信，如果你理解了武士的生存之道，知道是什么动机促使他们在关键时刻仍不断前进，他们如何看待自身及其与周围世界的关系，如何训练心智，以尽可能细致地认知这个世界，了解他们如何清空脑中多余的杂念，那么，你无疑就能通过最有效的方法达到目标，也就是将武士道结合到交易活动中的方法。

交易中的武士道

正如密苏里州圣路易斯的M·M先生发现的那样，有时，武士无心之道所带来的好处，确实能影响武士交易员的生活。

M·M先生是一家中型银行的交易员，平时也用自己的账户进行交易买卖。只要跟他交谈，就会很容易发现，他不仅头脑聪明，更是一名出色的交易员。但聪明归聪明，也有难题经常给他造成巨大困扰——考试他就害怕，特别是美国证券从业员系列七法定资格、特许金融分析师等职业资格证书考试。

为了安慰他，我告诉他考试紧张是人之常情，即便聪明的人也不例外。接着，我给他介绍了有关记忆的基本过程。我跟他说，能否记住任何东西（尤其是考试材料），取决于3个简单（而且自然）的步骤或程序：印象、记忆、回忆。我进一步解释，多数靠死记硬背准备考试的人认为，学习越努力就越能强迫自己把东西记在脑子里。参加考试时，他们也希望把头脑里的东西像硬塞进去时一样，全都挖出来。但这种学习方法只可能导致紧张不安，考试结果也只会惨不忍睹，M·M先生就有过这样的经历。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

在阐明这些观点后，我解释说，解决的办法与禅道十分契合——即实现武士有心之道与用心之道的和谐。我进一步解释说，关于学习的武士真道，在于把心思完全放在一小部分材料或信息上。之后，在很短的时间内对大脑进行完全清空。然后再把心思放在下一个重要的段落、页面或事实上。其实重要的，不是努力去死记硬背，而只是让要记的东西留在头脑里就行。

考试时，应对之策与武士战斗时对付众敌的方法一样——一次对付一个，每次只出一招！重要的是你现在所面对的，不是之前或之后面对的，要关注当下。我告诉M·M先生，只要在回答每一个问题前清空大脑，就能做到这样，正如在准备考试时，每学完一段内容都要清空大脑一样。这样，答案就更有可能从潜意识的记忆里自然“流露”出来，正如武士战斗正酣时，各种攻防技巧自然显露出来一样！

M·M先生用心倾听我的讲话，并用积极的心态学以致用。我很高兴，他最后通过了资格证书考试。从此，他对自己的学习能力更加自信，也更加注重吸收各种类别的知识。也许更重要的是，当机会出现，这些知识能够立刻浮现在他的脑海里。毫无疑问，武士的无心之道（以及用心之道）对他的生活产生了积极的影响。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

The Way of
the Warrior-Trader

第二部分
武士心理之交战篇

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章

武士行动之道

武道传奇

日本历史上有“四十七义士”的故事，在民间流传甚广。在这个故事里，武士对战斗计划的强大执行力表现得淋漓尽致。1701年间，赤穗藩的大名（即领主）浅野长矩受到了吉良义央的侮辱。吉良义央是江户幕府的大名，比浅野长矩更有权势。浅野长矩受辱后，与吉良义央发生了冲突。他拔出武士刀，砍向吉良义央，却只给对方造成轻伤。浅野长矩很清楚，在幕府中拔剑触犯了武士礼节，罪当问斩。但他准备好了要为自己的行为负责，接受惩罚。然而，出于对浅野长矩本人还有他名声的敬仰，吉良义央特许浅野长矩通过切腹的传统仪式自尽。最后，浅野长矩照做了。

浅野长矩有47位忠心耿耿的武士，他们一听到这一噩耗，立即私下立誓，要替主人报仇。他们清楚地知道，这样做会赔上自己的性命，因为《百篇法典》清楚严格地规定了武士的行为准则，指明武士若要采取复仇行动，必须事先上报政府部门，并获得官印盖章表示准许此次行动；若违反，则会判处死刑。虽然知道如此，他们仍义无反顾。47位武士陷入了道德困境：一方面，复仇对象是位高权重的吉良义央，因此他们的复仇行动根本不可能获得官方批准；但另一方面，武士道精神包括了武士的荣誉准则，它清楚地规定，武士“不可以与

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

主人的敌人共同存活于同一片天空下”！于是，这 47 位武士很快达成共识，他们的第一要务，就是奉行武士道的至高准则，也就是奉行忠诚原则。

这些武士们十分清楚，吉良义央与其他官员对于他们的复仇行动必定早有准备。但是，为了使他们放松警惕，武士们决定暂时散伙，假装沦为无主的浪人。他们离开亲人，沦为酒鬼，过着不光彩的生活。他们很长一段时间都过着这种生活，直到吉良义央和江户的其他官员忘记了这一潜藏的复仇威胁。此外，武士们还约好一年后，在某个特定的时间、特定的地点再次碰面，展开复仇行动。到那时，吉良义央想必已经被虚假的安全感所迷惑，对他们丧失戒心。因而，那会是绝佳的复仇时机。

1702 年 12 月 14 日夜晚，天空飘着雪，天气阴冷。浅野长矩的 47 位武士来到指定的地点，再次起誓，要为主人报仇。他们一路杀进吉良义央的宅邸。当时天气恶劣，再加上袭击来得很突然，吉良义央的武士们猝不及防，最后全军覆没。浅野长矩的武士活捉了吉良义央，并允许其切腹自尽，正如当年他对待他们的主人那样。但吉良义央拒绝切腹。于是，武士们抽出当年浅野长矩自尽时所用的利剑，将吉良义央斩首。之后，他们手持吉良义央的首级，大步穿过镇子，向主人的墓地走去。武士们到达墓地后，将吉良义央的首级与浅野长矩的佩剑置于坟上，另附上一张手写的宣言，上书：“浅野长矩大人，我们前来向你表示敬意。在替你报仇之前，我们一直无颜来见你。静待复仇的日子里，我们度日如年。现在，我们为你奉上吉良义央的首级，并将你托付给我们的宝剑物归原主。你的 47 位武士敬上。”

当然，这些武士全部向官方自首，并最终如预期地被判处极刑。47 位武士步入黄泉的方式颇有史诗感：他们约好时间，在狱中一同切腹自尽。临终的一刻，他们每个人的心中都因为完成了复仇使命，无愧于个人的准则，因而颇为满足；也因为知道自己为信念献身，充满勇气。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

交战与行动的本质

现在，我们开始学习武士的交战心理，这是整个学习过程中最让人充满力量（也是我个人最喜欢）的部分。本章中，我将特别讨论武士是用什么“道”和方法，来准备某一特别的行动计划，并将其付诸实施。

根据我以往的经验，在进行武术训练以及寻觅“真实世界”的过程中，有3个基本的“行动催化剂”，助我更高效地采取行动，并成功地完成使命。它们分别是：一，坚定的立场；二，“先礼后兵”的可行战术思想；三，让你永不放弃的可靠的“行动心理”。另外，还有一点有助于我们的思考，就是我还发现了3个基本的“行动绊脚石”，它们会破坏行动的效果（甚至完全阻碍行动），最终往往会导致行动失败。它们分别是：第一，过度分析问题（体现为“分析能力瘫痪”）；这样会导致第二个问题，即自我怀疑（体现为恐惧感）；这又会导致第三个问题，即犹豫不决（体现为因失去机会而恼羞成怒）。

你可能会注意到一件有趣的事，那就是，武术领域中用来描述站位、速度、进入时机和分析能力瘫痪等方面的用语与市场交易领域十分相似。这一点纯属巧合，因为在商场和贸易产生的几百年以前，这些武术用语就已经存在了。然而，这些用语方面的相似性，让我们再次认识到，把市场斗争视为上战场作战是行之有效的，而将贸易活动视为武士之争也是合理的。在赢利大战中，要想获得赚钱的机会，你就必须采取行动，这一点毋庸置疑。既然你的行动（它取决于你的武士作战精神）既可能成就你，也可能摧毁你，那就有必要花点时间深入了解一下导致这些结局的催化剂了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一个催化剂：坚定的立场

我刚才提到过，行动的第一个催化剂就是坚定的立场，它既指你的身体姿势，也指你的心理态度，二者恰巧相互关联。在身体姿势层面，你只要观察一下，在一个挤满了人的房间里，如果有位有权有势且功成名就的人走进来，光从他的举手投足间，你几乎马上就能看出他气度不凡，由此认定这个人值得尊敬和学习、靠得住，抑或是需要你对他提高警惕。我年轻时常常参加武术比赛，光凭对手进场的步态和刚出手时的姿势，我就能判断出哪些对手不好对付。他们的肢体语言向我传达着一个清楚的信息：不管结果是输是赢，他们都打算一战到底，碰上他们算我倒霉。

我还发现一件很有意思的事，就是当人的身体摆出这类姿势时，他的心态也会受影响。无数武士要诀都曾提到一点："姿态稳健，则意志力顽强。"虽然我在第八章的内容中，会提到身体姿态的心理暗示功能，不过，我在这里要仔细探讨的，是心理层面的立场和定位。

不论做什么，你都应该知道自己站在哪一边，换言之，就是自己的立场，这一点十分重要。人们常说："事事无立场，则处处失败！"本章开头所讲的"四十七义士"的故事中，武士们立场坚定地遵循着忠诚原则，这就是他们之所以能将复仇之事付诸行动的首要原因。倘若你在贸易与生活中持有坚定的立场，势必也能获得成功。坚持立场的做法很简单，你必须先找到自己的信念，然后至死不渝地信奉它。事实上，只要保持这种状态，你在着手做任何事时，都会确信自己做得没错。假如你信念足够坚定、立场足够稳固，甘愿为它承担风险，即使为之献身也在所不辞，那么你就能认定，这样的立场是行之有效的。

倘若你在贸易与生活中持有坚定的立场，势必也能获得成功。坚持立场的做法很简单，你必须先找到自己的信念，然后至死不渝地信奉它。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我会在第九章的内容中，更加详细地阐述对信念的信任问题。

你的立场应该真正源自你内心所想！但是，如何在起始阶段获知你内心的立场和态度呢？方法只有一个，而且相当简单：对事情展开分析性研究，并亲自进行观察。你得在此事上下点工夫，然后自行决定你的最终立场是什么——没人能帮你决定。我发现一个趋势，即交易员们往往不靠自己的努力构建他们个人的交易思想和信念，而是过于依赖其他“专家们”的建议和看法。虽然借鉴他人的研究分析成果也未尝不可，不过，你必须自己验证，这些观点对于你的情况是否也适用。事实上，完全依赖他人的建议，套用他人的立场和态度，对于你和你的成功是最有害不过的了。我曾以为，自己在剑道比赛使用竹刀打斗的身体对抗性击剑比赛）中手持竹刀和移动身体的方法是“正确无误的”，但是后来，我发现无数学员曾试图模仿我的这套动作，却在比赛中屡屡失败。原因就在于，他们各自的体格和敏捷度与我不同，所以，我这个“例子”对他们并不适用。

任何作战计划，不论是战场上的真枪实弹，还是市场上的交易之争，要想采取有效行动，就必须拥有专属于你自己的立场和态度，而且得是通过你自己独立的分析和观察得到的。否则，你不可能至死不渝地坚持它。关于分析和观察，你还要记住一点，即阻碍行动的首要因素是过度分析问题。最适合分析和观察问题的时间，是在采取行动之前，而不是行动过程中。

例如，使用新型交易系统的交易员们在参与真正的风险投资之前，都会先进行“模拟交易”，测试和分析投资方案的可行性。心理层面的立场就是在模拟阶段建立起来的，至少，按理应当如此。然而正式投资一旦开始，分析方案就不合时宜了。这时，交易系统向你传达的信号都是真实有效的，你信也好，不信也罢。在武术训练中，如果心里“没什么把握”，还试图采取有效的行动，那就可以称为“试探性地上场”作战。在这种情况下，你必定会伤亡惨重，用交

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

易圈的行话说，就是“食指瘫痪扣不动扳机”，也称为“破产”。因此，只有当你绝对信奉某事，才算拥有坚定的态度和立场——将信将疑是不够的。就这么简单。

第二个催化剂：先礼后兵

我列出的第二个行为催化剂是可行的“先礼后兵”原则。这个原则听上去有些复杂，或是令人费解，但事实上，它很好理解，运用起来也很方便。而且，你肯定在某些场合已经实行过该原则了。不过，为了帮助你们更好地学习，我首先要解释一下，武士们是如何看待并运用该原则的。

你在前面的章节中已经学到了，日语中用“气”字表示“生命力”。还有一点很重要，你要记得，世间万事万物都取决于“气”，它是一切的核心。如果再在“气”字前面加个“合”字，就变成了“合气”，它的字面意思是“与释放的能量相融合”。反之，如果把“合”字加在“气”字的后面，就变成了“气合”，表示“将能量释放或集中”到某处或某一个行动中去。通过这两种组合，我们得到了一对含义互补的反义词，即“合气”与“气合”，它们分别对应着东方武术里常说的“阴”和“阳”。

在道场授课时，我们会教给学生一段小诗，帮助他们将这两个功能上对立的概念牢记于心：

欲化干戈为玉帛，
切记融合后出击。

此诗指明了运用“合气”与“气合”策略原则的方法精髓，也就是：**在这个充满冲突和竞争的世界，要想心想事成，唯一有效的方法就是，先跟随着生**

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

活的节奏起舞，掌握节奏后，再试着引领生活。我自己的生活经验和习武经历教会我一个毋庸置疑的道理，即我们要先耐心融入环境，静观其变，而不要由着性子与周围环境发生冲撞，因为前者获得产出和赢利的机会必然会比后者多出许多。每天，你都能看到这类例子在身边上演。

为了让吉良义央和其他官员对他们放松警惕，47位武士决定装扮成酒鬼，过上一年醉生梦死的生活，他们就是运用了“合气”原则。然后，等到约定的那天夜里，他们对吉良义央的大本营展开了迅猛而致命的进攻，这就是对“气合”原则的运用。有的人为了实施复仇等行动计划，耐心等待着时机成熟的那一刻，甚至像故事中的武士那样等上数年。也许你认识一些这样的人，我自己就认识很多。

“先融合后出击”的日常运用实例

请回想一下高速公路的入口匝道。当你上匝道后加速驶上高速公路，你难道会瞄准前方一个目标猛踩油门，指望其他车辆小心避让吗？还是会先加速，观察左侧的车流，寻找可以插入的空隙，最后才调整车速，以便按计划插入车流空隙？我曾见过不少人选择前一种方法，只使用“气合”战术，威胁着他人的安全。但我希望，你会按照策略常识，选择后一种（即“合气”/“气合”战术）。

谈话方面也有相关的例子。我们都认识这样一种人，他们在谈话时，只顾自己滔滔不绝，也不管听众明不明白这些言论从何而来。此外，还有一些人喜欢主导谈话，喜欢听自己讲话，丝毫不关心你想说什么。神经语言学家们认为，要想有效地交流思想，唯一的方法就是，首先要顺应（即“合气”）听者的语言参照系。最好使用符合听者语言习惯的语言结构，这样的话语更易为其所接受，有助于逐步获得他们的青睐。之后再以强有力的方式，引导他们跟着你的思路

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

走。这就是对外交往和有效辩论的真正艺术。

由于此“合气”/“气合”原则适用于一切事物及情况，自然也适用于市场交易方面。称职的交易员都知道，应该先顺应（即“合气”）市场的流向，搞清楚自己要在什么时间、以哪种定位（立场）进入市场（即“气合”）。一旦完成了买入环节，就要开始考虑如何卖出了，这时候也要按照同样的原则重新来一遍。我认识的一些交易高手，似乎都在不知不觉中培养出了一种能感知市场“合气”/“气合”关系的直觉，从而赢利颇多。不过，在这些特殊的交易员身上，我还发现了另一件有趣的事：他们简直将“合气”/“气合”原则用到了生活的方方面面，无论是开门，和我聊天，还是在高速公路上行使。不管做什么，他们的行为举止都显示着，他们对这些原则的掌握程度和运用水平相当高。反过来看，他们的例子也告诉你，这些原则对于你成功采取行动是多么重要。

几个“合气”/“气合”方面的简单练习

每当我试图让学生们明白，在采取行动的过程中，“先融合后出击”的方法对整体心态是多么重要，他们通常都希望能有机会定期练习“合气”/“气合”原则，但又常抱怨自己整天坐在固定的位置，没办法练习。这时，我会批评他们对“练习机会”的理解太狭隘，然后，我通常会向他们推荐下面这种练习方法。这种方法不受地点和周围环境的限制，并能帮助他们切实提高对“合气”/“气合”关系的感受力。

先拿一个白色高尔夫球，放在手指之间夹住，姿势就像将一块宝石镶到戒指上，只不过要上下颠倒，让球面朝下。人坐到椅子的前边沿，拿着球的手举到身前，稍高于眼睛，手臂伸直，姿势就好像你要把球扔向地面。现在你要做的就是，松开手指，在球开始坠落的刹那，顺势向下移动手掌，速度要比球的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

坠落速度快一些，以便把手移到球的下方。

手掌下落的同时，嘴巴长呼一口气，并发出一声“呜－嘘”。当球跌过膝盖时，手掌应该已经移到了球的下方，这样你就能从下面“接”着球，并在低于座椅的位置将其接住。按照标准，你要努力做到以下两点：第一，你的手要与球融为一体（即“合气”），几乎（甚至完全）感觉不到相互间的触碰；第二，手接住球的瞬间，不能发出一点声音（如“啪”的一声）（即“气合”）。

这样尝试过几次之后，你也许会开始感到有些厌倦，可能你会说：“这只不过是简单的协调性练习罢了。”很遗憾，事实确实如此。不过，在你说的这句话里，真正有效的词是“只不过”、“简单”和“练习”。“合气”/“气合”练习的确“简单”——以至于你根本不拿它当回事，也看不到它蕴藏着多大的好处。“协调性”就相当于西方人眼中的“合气”/“气合”平衡状态，因为它指的是“两个或两个以上的事物之间，和谐共存、共同发挥作用的关系”。最后，我还要指出，重复练习或训练永远是养成条件反射的不二法门，任何行为皆是如此。所以，你必须耐心坐着，反复练习接球和扔球。如果你觉得那样很无聊，那就把球换成生鸡蛋试试吧，这能让练习变得有趣一点，也会更具风险性。

第三个催化剂：永不放弃的可靠心理

现在，我们继续学习第三个行动催化剂，也就是任何情况下都不放弃的可靠“行动心理”，它是这 3 种行动催化剂中催化能力最强的一个。武士道为武士的决策和行动提供了基本准则。如果我们都能遵从武士道德原则的 7 大教义，就能生活得相当不错了。这 7 大教义分别是：忠诚、正直、勇气、慈悲、礼貌、诚实以及荣誉。然而，我发现武士道原则以及蕴于其中的无穷智慧，对于西方人来说都过于抽象了，其中有太多“灰色地带”是说不清道不明的，使得不少

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

要义最终无法为人们所领悟。另外，若只通过阅读来理解教义，你也不见得会懂得这些教义是如何督促武士提升行动力的。

虽然我自己也会给常来习武的学生讲授武士道的详细教义以及道德地位，但我又发现了另一个方法，更有助于学生们理解武士是如何调整心理状态，采取必要行动的。

武士行动方案

多年来，我潜心修行日本武士道，经常进行自我审视与自我分析，还成功地实施过一个高风险的行动计划。事后，通过仔细回想，我得出一个结论：任何一位冒险者（不论是我这样的武士，还是世界上最成功的交易员）在采取决定性的行动（尤其是高风险的行动）之前，都要经过6个步骤。为了便于理解和记忆，我将这6步梳理了一下，并将其概括为"武士行动方案"(A.C.T.I.O.N)。

A.C.T.I.O.N是抽取6个单词的首字母所构成的缩写词，这6个单词分别代表6条武士要诀的关键词。对于冒险者来说，这6条要诀在风险行动的准备阶段是至关重要的。虽然我按照这些要诀在心中起作用的先后为它们排了顺序，但是，对于整体的行动准备心理而言，它们是同等重要的。这六个"武士行动方案"要诀分别是：

接受（Accept）：在开始作战前，坦然接受一切可能发生的损失。

聚合（Center）：将你的身、心、灵都聚合到一起。

信任（Trust）：信任你的武士技能和直觉。

想象（Imagine）：依靠想象，在心中构建一幅胜利的画面。

唯一（Only）：只存在于当下，努力遏制恐惧。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

绝不（Never）：一旦开始行动，绝不停滞不前，绝不回头。

你要相信，花点时间将这些方案要诀铭记于心，是十分值得的。只要你愿意，它可以让你的余生受益匪浅。不管怀着什么目的，你都会和我一样，发现这种心理状态会为你提供合理可行、万无一失的基本准则，助你在生活中采取必要行动之前，作好心理准备。对于金融风险投资领域情况更是如此。此外，当情况对你不利时，它还能成为你“自我诊断”的工具。你只需坦诚，认清自己对某种状况的处理情况和看法，然后再对照一下“武士行动方案”就行了。如果你足够坦诚，就能迅速发现究竟是什么样的心理弱点和态度误区致使结果不尽如人意。

在交易中用武士真道

我曾发现一个有趣的现象：一些习武之人和交易员对“武士行动方案”的解读虽仅流于表面，然而其相关行为方式却也焕然一新。那么，如果我们能领会到这些方案要诀的深层含义，结果又会如何呢？它能否帮助我们更好地理解事物，甚至提高行动的成功概率呢？我发现事实的确如此。在以下5章里，我将逐个探讨这些方案要诀的内涵之意，并与你们分享我多年观察和经历的心得体会。

正如我在前言里所说，我觉得，在我有幸教授过的各行各业的学员中，交易员等金融风险投资者最有可能将武士道心态运用到具体活动中，也最容易从中获得更大的好处。另外，我有自信，并且也相信，如果能运用武士行动方案，并在态度上保持坚定的立场，加之以“合气”/“气合”的战术原则，你在交易和金融风险投资方面的努力，就能转变为适合交易情景的武士真道。那么，让

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我们继续学习，深入了解“接受”的重要性，以及它能给我们带来哪些好处，看看从中能学到些什么。

交易中的武士道

每次收到国外寄来的包裹时，我都会兴奋不已，这听上去也许有些傻。要是上面还写着寄件人的姓名和地址，而这人我过去从未见过或听过，那我就更激动了。这或许是小时候遗留下来的习惯吧。那时的我还相信圣诞老人的故事，也相信小牙仙的神话。1992 年 7 月的一天，当我收到一件从澳大利亚寄来的很有意思的包裹，看到上面写着“请勿折叠，内含照片”时，那种兴奋的感觉，我至今仍记忆犹新。

打开信封后，一张规格为 12.5×25（厘米）的照片赫然入目，顿时我激动万分。照片上是一支少年足球队，他们在一面旗帜前摆着照相姿势，那面旗帜上写着“行动武装者队 1991 年区冠军”几个字。我颇感好奇，就迫不及待地开始阅读一封随包裹寄来的信。这封信是一位名叫G·S的人写的，他来自悉尼。在信中他提到，自己有一位朋友是个交易员，曾在洛杉矶举行的期货交易会上听过我的发言。当时，我在会议期间发放了一些关于“武士行动方案”的小海报，那位朋友似乎也拿了一份，并将它与其他会议材料一并带回给了G·S先生。

G·S先生说，这些行动准则中蕴涵着简洁却十分有用的信息，这一点立即引起了他的注意。于是，他把这张海报装裱，回家后把它悬挂到交易工作室里最明显的位置。这样，一旦交易情况不妙，他就抬头看看方案，思考自己当天在哪些方面没有做好。G·S先生还指出，这一方案的存在为他指明了方向，不仅在市场交易过程中对他的实际操作造成了直接影响，也改变了他做人的态度。他继续写道，自己遵从着这个行动方案，就这样，几周过去了。有一天，他恍

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

然大悟，发现这个行动方案其实适用于任何形式的对战场景。在竞技体育的团体项目中，其作用尤为明显！

G·S先生每周都会抽出3个晚上，训练一支表现平平的少年足球队。发现行动方案广泛适用后，他便取下海报，并一式15份，发给球队的每位球员。然后，他让队员们将其中的要诀铭记于心，每次训练开始前都要背诵一遍。训练结束后，他还会抽查几名球员，让他们针对某几条特定的要诀，谈谈各自的深层理解。当他们记住并深入领会了此方案后，G·S先生立即进一步将队伍重新命名，称其为“行动武装者队”。这个名字的意思是，他们下决心在每次参加比赛时，都要以行动方案武装自己，让对手见识一下此方案的威力。

本赛季结束时，根据G·S的说法，他们的队伍可谓是战绩斐然。在上一个赛季里，他的队伍最终排在全区的倒数第二名，而1999年则跃居全区第一。整个赛季结束后，队员们因胜利激动不已，他们询问他，能否一起给“行动方案”海报上的那个武士寄一张全队夺冠的照片。G·S先生照办了。

在信的结尾，他是这样评价的：“无论是青年足球队员，还是永不言弃的武士，都能从真正的武士精神中获得惊人的潜力，并借此取得成就。” G·S先生还说：“在我看来，无论是从事国际贸易，还是对战卫冕冠军‘悉尼袋鼠队’，只要心中有坚定的行动方案（在这个例子里，也就是‘武士行动方案’），并且有意愿、有能力去执行这个方案，那你必将战无不胜。”

对于这番话，我举双手赞成。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第七章

武士坦然之道

武道传奇

据说，在德川幕府时代，德川家康决定为几名武艺低下的武士寻找师父，学习剑道。为此，德川家康找到一名当地声望极高的剑士，恳请他来为传授武艺。

在指定的一天，德川家康的这几名武士在院子里集合，准备在训练开始前，接受剑士的面试和审查。剑士走在这几个据称武艺低下的武士之间，感觉其中有一个武士很特别，引起了他的注意。剑士对这名武士说："阁下，在本人看来，你可绝对不是剑道新手。显而易见，你技艺高超，气场很足。这里是不是有人故意愚弄我？"

武士听了，回答道："大师，我向你保证，我绝对没有高超的技艺，对剑道甚至可以说一窍不通！我向你拜师学艺，是为了有一天，也许能更好地为主人效力，我绝对没有欺骗你！"

剑士追问道："若果真如你所说，为何我在你身上感受到一股如此强大、不屈不挠的气场？"

武士回答说："这一点我也不清楚！事实上，我从小就因为剑术不精而让家族蒙羞。人们告诉我，就凭我的本事，最好准备随时受死，因为在第一次决斗中，我肯定就会被杀死。我不知道该怎么办，于是就听从他们的建议。每天，我都

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

会想象自己死去的细节，就跟真的一样，如何死去、会有什么感觉、各种可能的死法，还有为幕府献身的荣耀。慢慢地，我完全可以坦然地接受死亡，并因为这种坦然，即使有一天真正面临死亡，我心中也会全无畏惧。我想这就是你在我身上感受到的气场吧。"

听完后，剑士开始示范两招他最喜欢的用剑技巧。之后，他给予那名无所畏惧的武士他能授予的最高级别奖赏！翌日上午，他便吩咐这名武士回德川家康家，继续为其效命。

作战前就接受失败！

A.C.T.I.O.N方案中，这是第一条。尽管对武士和金融冒险者而言，这 6 条方案同等重要，但是第一条却是其他各条方案的基础。著名的禅宗大师、贤者铃木大拙曾经引述过一段谚语："是悲是喜，全在坦然接受与否。"对此，我非常赞同。

你认识的人当中，有多少人因为不能坦然面对自己的行为结果，不能从中吸取教训，从而让自己和周围的人痛不欲生？他们不能坦然面对失败，反而将之藏在心底，靠自我消化，这样势必也会影响自尊，丧失自信。但对你我而言，这种事情绝对不能，也不会发生，因为一名真正的武士，绝不允许这种情绪毒瘤和伤害公正的行为存在。

风险才是关键

我这里所教的内容，颇有些哲学意味，但它并不是指接受"所有可能的损失"，而是接受风险。我认为，如果一个人坦然面对并接受了特定情况下的风

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

险，那么同样也接受了可能遭受的所有损失。因此，我们首先应该讨论风险评估。风险是推动世界运转的动力，曾经如此，将来也是。在这种大背景下，懂得风险的必要性就显得十分重要。人类的每一项重要成就，都是某个人或者某个群体，面对艰难险阻，仍然坚持梦想、胸怀远见的结果。同样，要想在交易领域或者其他任何金融投资领域获得成功，你也不可避免地必须拥有这种哲学理念。

很多年前，一位日本武士道老师给我上了一课，内容是关于如何坦然接受风险和损失的。从那以后，这堂课的内容就深深地扎在我的脑海中，挥之不去。

在对打中，老师注意到我倾向于防守，当进攻机会出现时，注意力不够集中。于是，他把我叫到黑板前，说道："世界上有两种人。第一种人，随波逐流，花费毕生的时间和精力，死守生活扔给他们的残羹冷炙，并以此为生；第二种人，利用每一个空档和机会，勇敢地挑战生活，因此能奠定自己人生的基调，享受胜利的果实。"

接着，老师在黑板上写下一个日语文字，并解释道："这个象形文字的意思是'风险'，与英语单词不同，这个字代表的是一种意象。你现在看到的字，意思是'机遇伴随着风险而来'。如果你看到这个词的英文，必定会情不自禁地想到缓慢移动、小心谨慎。但你看日语中的'风险'，便会不禁想到像风一样，快速移动。作为一名刚启蒙的年轻武士，你必须开始学会在决斗中像风一般移动，利用战术上的每一个空档。还有，坦然接受自己随时有可能被对手击倒的事实。"

正如我所说，这么多年以来，老师的话深深地扎在我的脑海中，并且在我面对无数充满风险的情况下发挥了重要作用。从这堂课，我总结出两条显著且不可辩驳的真理，在这里向你们传达，供你们考虑和消化。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

机遇与风险成正比

第一条真理是任何情况下，机遇的大小与风险成正比，几乎毫无例外。在武士极真之道中，这叫“风险回报法则”，有关内容我将在第十四章再次阐述。换句话说，没有风险就没有机遇，这是不争的事实（或法则）。你或许不喜欢这样的安排，但你必须学会坦然接受这种安排。

坦然接受，别无他法

关于第二条真理，在同交易员打交道的过程中，我对其感悟尤为深刻。令人惊奇的是，我发现并不是每个人都相信或者能接受风险回报法则。我见过很多人（我打赌你也是）自欺欺人，认为可以规避风险，直接获得报酬。他们通常认为，要实现这个目标，只要采取一系列风险规避措施（最后经过分析，这些措施往往出乎他们的意料），而不是集中注意力抓住机会，采取理性的进攻手段或者行动计划。换言之，他们花费宝贵的时间和金钱寻找能庇护他们的神圣秘诀，结果到头来却发现，这种风险只是演变成了另外一种风险而已，根本未曾消失。

这些人不仅不相信风险回报法则，同样的，他们也怀疑“接受所有可能的损失”能否带来好处。他们认为，接受损失就是彻彻底底的失败，并经常说：“打仗是为了赢！在战争开始前便认输，无疑是在自毁长城”。当然，如果我们讨论的只是传统意义上“思想积极”的心理暗示，我们不得不承认他们是对的。所幸的是，情况并非如此，而且我们从一开始讨论的也不是积极思考，而是行动的动力。唯一让人力量无穷的方法，就是摆脱恐惧和压抑。因此，只有积极且坦然地接受可能遭受的损失，我们才能直面风险，并采取实际有效的行动。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

接受的三种类型

我要从另外一个有趣的方面，给你谈谈接受的好处，并且可以解答许多人对这个问题的疑惑。不管你信不信，接受也分为3种不同的类型，并且每种类型都会带来不同的结果——有些是积极的，有些是消极的。

这3种类型是：乐观地接受、悲观地接受、漠然地接受。每种类型都值得仔细推敲。为了能够清晰地阐释，每种类型我都会举一个简单的例子，而这些例子都是我在赌场玩"21点"的牌桌上得来的，这里也是我最喜欢的场所。假设有3个牌手同时坐在同一张牌桌前，他们面对的情形不同，心里接受的类型也不同。最后，我们比较这三者的结果会有什么不同。

乐观接受的本质

乐观地接受，是指对于渴望得到的东西，你能真心接受其中的风险和可能蒙受的损失。与此同时，你的情绪和视线完全放在要成功完成的任务上。大多数成功的冒险者在采取必要措施前，以及执行任务的过程中，都会采取这种接受方式。

我们的第一位牌手来到"21点"牌桌旁，袋中揣着1 000美元。他先兑换了500美元的筹码，并把止输点设在300美元。刚一坐下，他便知道，即便输钱，最多也只会输掉300美元，但为了能够获得玩牌的资格还有赢钱的机会，他接受了这种风险和损失的可能。事实上，他此行的目的正是为了赢钱。由于已经提前接受了可能输钱的事实，他可以自信地玩，也能更充分地依赖自己的直觉。他想要赢，而且觉得自己能赢（因为他具有武士的心态），他也清楚300美元可能会打水漂。但由于"运气"使然，他今天手气不错，最后赢了几百美元。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

悲观接受的本质

悲观地接受，是指虽然接受了风险和潜在损失，但心中却有股挫败感。抱有这种心态的人，通常会说："噢，见鬼，我还是尽快了结算了。"毫无疑问，这种说法必定会以失败告终。事实上，每个人身上都有股不可思议的力量，心里想什么就会出现什么样的结果。心里悲观，结果也会消极。这种"人定胜天"的力量，不管你是否知道，我们每个人都拥有，并且能够控制，我将在第十章再作阐述。

第二个牌手也来到"21点"牌桌旁，同样，袋中揣着1 000美元。问题是，这1 000美元是他最后的资本，而且他还必须赢500美元，才来偿清已经过期的1 500美元的住房贷款。同上一位牌手一样，他知道可能会输钱，并且接受这一事实。但他忽略了目前的处境——他已经输不起了——否则将倾家荡产。

他兑换了1 000美元筹码以获得足够多的赌本，然后开始玩牌。前几手牌很顺手，让他有几分自信。但接下来的几手牌却不怎么样，当他看着钱一点点输光，心里开始感到害怕和绝望。随着赌注越来越大，他的恐慌和损失也越来越大，但他悲观接受的心态让他心想，拿到的肯定又是一手"烂牌"。你猜怎么着——他还真拿到了。后来，他换座位想赶走坏运气，但无论坐在哪儿，坏运气就跟他到哪儿，不一会儿的时间，就已经输了900美元，他垂头丧气地站起来，离开时嘴里嘟囔着："该死，我就知道会是这样！"

淡然接受的本质

淡然接受是一种完全不同的心态，很少见，但却特别有用。出现这种心态的时候，通常是认为该项活动不会有风险，这里的关键词是"认为"。我的意思是，风险与回报的比例大小在于当事人的看法，每个人依据个人情况和备用资

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

源的多少而不同。

例如，一个破产之人，可能会为了 1 万美元甘冒生命危险；但如果一个人身家达到 20 万美元，就绝不会为了这么一笔“小”钱而铤而走险。或者我们可以从另外一个角度来看，一个人有 2 万美元，会觉得为赚 100 美元而花出去 100 美元，根本无所谓；但是，如果他名下只有 200 美元，就绝不会为了 100 美元，而把一半资产拿来当赌注了。

如你所见，凡事都是相对而言的。下面，我们通过第三个牌手，来看看淡然接受会有哪些有趣的结果吧。

第三个牌手是一个成功的商人。事实上，他是一名亿万富翁。今天，他没有上班，而是选择来赌场放松，消遣怡情；输赢如何，对他来说完全无所谓。他身上也带了 1 000 美元，全部用来兑换成了筹码，还不时地与旁边两位牌手和庄家闲聊。赌局开始后，牌面一切顺利，他整个人都很放松，显得很随意，眼神一直在牌局和性感的女服务员之间游离。

在另两个牌友看来，似乎每隔几手牌，他都能拿到 21 点，赢的次数太过于频繁了。另外，每次庄家还不得不提醒他把视线从女服务员身上拉回来，以便把赢得的赌资拿回自己面前。他的手气好得就跟魔法附体似的。不知不觉间，他发现自己已经赢了 1 500 美元。在赌钱的过程中，他和新认识的服务员朋友发现彼此对上等牛肉情有独钟，于是，他拿起赢来的钱，两人去了赌场的牛排餐厅。

从这三个例子可以看出，三个牌手都接受了各自可能承受的损失，只是方式各异。但是，只有乐观接受的心态才是武士应该追寻的目标，当然，也是武士交易员的目标。此案例中 3 种不同的接受类型，依据心态的不同而产生了不同结果。但是，乐观地接受是其中最可靠、最可复制的心态，并且赢钱的可能性也最大。(我将在第十章详细阐述)。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

自己的看法是关键

在这些例子中，还有一点我希望你们永远记住，就是接受风险和损失的能力取决于你对风险回报的个人感知和评估，千万不要依据别人的看法，在金融风险投资中尤为如此。之前在很多例子中，我也这么说过。

根据我在赌场和交易市场的个人经验，任何时候，只要“战斗基金”的金额不超过总金额的30%，我就能保持乐观接受的心态。这样，即使遭受了损失，只要我愿意，也有信心随时反击。当然，在这些问题上，你必须找到属于自己的舒适区域，我相信你能做出很明智且实际的决定。

说了这么多，我无非是为了给你们提供思考的养料，让你们看清楚自己目前的处境，以及面对风险、接受损失时的个人倾向。正如我在本章开头所说，坦然接受风险和可能的损失，是武士行动方案发挥作用的前提。永远记住，风险是世界运转的动力，没有风险，你甚至可能连一开始的机会都没有。所以，我们应该欢迎风险、拥抱风险，坦然接受它在事业和生活中存在的目的和重要性。这样，你最终一定会意识到什么是武士坦然之道，并受其鼓舞，满怀信心，用武士真道迎接生活和金融投资中的风险。

一名武士的祷告

在我们准备继续学习下一章的内容之前，我想通过分享一段话来结束本章的内容。有一位学员既是传教士也是交易员，他曾经送给我一块好看的木匾，上面刻着一段祷文。他改写了著名的《宁静之祷》，把他个人的宗教信仰和武士心态完美地融合。为表示对这位见解深刻的武士的感谢，我很高兴将这段名为“一名武士的祷告”在此呈现，供各位欣赏和鉴用：

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

主啊，请赐予我力量，让我从容自信地面对风险；请赐予我智慧，让我坦然接受遭受的损失；请赐予我精神信仰，让我看到万事万物的高尚价值。

交易中的武士道

J·W先生来自新泽西州西考德威尔市，他最初来参加我的训练课程时，是为了克服所谓的“对市场金融投资的无理恐惧”。作为一名出色的脊椎按摩师，多年来他都因能够帮助病人减轻痛苦和不安而自信满满。令他不解的是，为什么在金融市场如此缺乏自信。

我们一起练习静修课程的过程中，J·W先生看起来是真正掌握了武士心理的精髓。一想到回家就能把刚学到的知识运用到标准普尔500指数这门新职业中，他似乎感到无比兴奋。事实上，我确切地知道，在训练结束后的几个月里，他在金融市场上的表现一直十分出色。但是，在我们最后一次交流的几个月后，我从另外一个学员那里了解到，他又开始陷入对金融市场投资的恐惧中了。于是，我打电话给他，希望知道发生了什么事。

接到我的电话，J·W先生似乎很高兴，同时也有点后悔没有主动打电话告诉我这个情况，他说他的老毛病又犯了。我安慰他不用为此担心，接着要求他如实地把问题详细描述一遍，以便我能想出解决问题的线索。

他说，一开始他自己也不知道究竟是怎么了，因为参加完静修训练的几个月，交易一直很顺畅。他还说，事实上他的表现太好了，连他的父亲和一位医学院的好友，也要把钱交给他投资。这个时候，真正让他感觉糟糕的，倒不是因为恐惧和犹豫的毛病又犯了，而是他实在不想让自己的父亲和好友失望。听

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

到这里，我也找到了我所需要的线索。

事实上，J · W先生面临的环境和交易形势都发生了变化，但当局者迷，他看不到这些变化。结束静修课程后，他知道在开始交易前，必须坦然接受所有可能的损失，这一点十分重要。由于观念的调整，一开始他在金融交易中的表现十分出色。但没有意识到的是，对于父亲和好友的钱，他没法做到像处理自己的钱那样，在交易前坦然接受所有损失。所以，在之前用自己的钱进行交易时，他能做到充满自信，像武士一样坦然接受，但对别人的钱却做不到如此坦然.

当我把结论讲给他听，你几乎可能听到他脑海中灵光一闪，同时压在胸口的巨石落地的声音。他立刻承认我的评价切中要害，同时，他吞吞吐吐地说，接下来要想充分发挥交易的所有潜力，唯一的办法是把父亲和好友的钱还回去——至少暂时必须这么做。

自从与J · W先生的对话结束后，我很高兴又看到他交易时自信的样子，而且正如我们知道的那样，还收益颇丰。也许有一天，他又会替别人投资。谁知道呢？但可以确定的是，当那天到来的时候，他必将认识到坦然接受所有损失是何其重要，无论是自己还是替客户投资。只有这样，才能在劳神费力的交易战斗中战无不胜！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第八章

武士聚合之道

武道传奇

一位学生坐在平坦的大圆石上，微风拂面，他能感受到日本空气里特有的凉爽与潮湿。太阳即将从地平线上冉冉升起，第一缕阳光穿透了清晨的余雾，景色神秘、祥和、充满生机。一缕橘红色的阳光投射在剑师的脸上，他的面容平静而专注，双膝跪地，距离学生几步之遥，这个景象看起来更为壮美绝伦。

吉永大师着一身传统武士服，装束如同日本封建时期传说中的武士鼻祖。他的学生看着他，感觉眼前的场景有些失真，时间仿佛静止了，这感觉就好像看到了先人的鬼魂一般。时间仿佛倒退了 700 年，又回到了古时候的日本。不知为何，学生心生一种直觉：他所目睹的这一刻，不仅重要而且宏大，是初生牛犊的他所无法欣赏和理解的。

岩石上方是观测的有利位置，他居高临下，能看到大师以传统的武士正坐姿势跪于地上，同时采用“腹式呼吸法”，气息缓慢而深沉。大师左手持一把锋利的武士剑，这把剑已有 300 多年的历史，至今仍栖于铿亮的长鞘内。他挺直身板，抬头正对前方，眼神惊人的坚定和清澈，看不出一丝分神。

从破晓起，大师似乎就高度专注。学生看着，也逐渐开始明白他在关注什么。阳光开始透过树叶间的缝隙倾泻下来，叶子的边缘凝结起露珠和雾气，在阳光

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的照射下形成一圈圈银色的光晕。显然，大师一直在全神贯注地盯着前方 1.2 米外的某一片叶子。在高出他视线约 0.6 米处，一颗露珠逐渐凝成，悬在叶尖，摇摇欲坠。随着露珠凝结变大，一股清晰可感知的力量在大师的内心逐渐升腾。实际上，整个场景有点“山雨欲来风满楼”的征兆。

突然，这片寂静被打破了。露珠从叶尖滑落，开始坠向地面，一瞬间，原先静肃安详的剑士突然展开行动，凝聚的能量瞬间爆发。他迈出右腿，同时挥起利刃以迅雷不及掩耳之势劈向坠落的露珠，刹那间，空中响起挥剑声。闪着刀光的利刃迅速削开水滴，瞬间散落的水花重新融入雾气中，场景之玄妙犹如上天所赐。

剑身在空中划出一道完美的弧线后，大师于指尖轻盈地转动利剑，然后将其反向握定，插剑入鞘，动作如拔剑时那样迅速且精准。一口茶工夫，整个过程就结束了。剑师重新摆出禅坐姿势，身、心、灵又聚合在一起，仿佛一切都未曾发生过！

吉永大师结束了今天的晨练，起身走到学生所坐的大岩石旁。对于当日的晨练，他只评论了一句。当他开口时，学生仿佛听到了上一代强大而睿智的武道大师们共同的声音。大师说道：“武士道精神，不仅仅意味着击败对手的能力。真正的精神，首先是自律与自制之道。”要想战胜迎面袭来的对手、处理出现的棘手状况，那么首先，你必须实现身、心、灵三位一体。面对困难、风险、恐惧时，保持注意力集中，这就是武术训练的终极目标和最终成果。而身、心、灵的三位一体，便是武士通往这一境界的不二法门。

实现身、心、灵三位一体

武士行动方案共包含 6 条要诀，第二条要诀就是将身、心、灵都聚合到一起。我在前文中曾提过本章的内容，现在你可能已经知道了，在身体活动方面，这部分内容是本方案中最重要的，也是整个武士真道的重中之重。因此，你会发

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

现本章是全书中篇幅最长、涉及内容最广的章节。为此，我尽量会在每次讲到重点内容时，指出它在大框架中的地位，以帮助你们获得整体的把握。

再看聚合三角形

我在第三章的内容中曾指出，无论是真正意义上的武士，还是将武士道精神运用于风险投资的交易员，最重要的技能就是随时随地都能将身、心、灵“聚合”到“三角地带”。这一点十分重要。为了让你们加深印象，有必要回顾一下我在第三章中教你们画的“聚合三角形”图表。

在这张图表中，你能看到，三角形的中央有一个中心点（即合一点），三角形的三个顶点分别被三个互不交叠的“气球”（即圆圈）围绕着。左下角的圆圈代表身体，右下角的代表心智，而上方的则代表心灵。图中你还能看到，我当时让你把三个圆圈向内移，直到它们在中心点上完全重合。

最后，你会看到三角形里只剩下一个线条较粗的圆圈，代表身、心、灵聚合成为一股力量，整合后的效果会大于聚合前三个独立部分之和。然而，靠画图理解这一聚合过程，只能算是纸上谈兵，这一过程属于身体层面的调整。因此，你的学习过程正在进入一个至关重要的阶段，真正的转变即将开始。

该活动一下身体了

到目前为止，我一直在探讨和传授着同一类问题，也就是武士的心理、原则和态度问题。换言之，我所讲的内容基本都还停留在大脑思考和感受的层面。然而，要想修炼武士聚合之道，有一点是必须要注意的，那就是要积极行动，光靠大脑空想可没用。认真修炼武士道的学员和那些只是练着玩儿的学员，在

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

学习效果上有一个明显的差异：前者能通过身体调整活动达到身、心、灵聚合的状态，而后者却不能。因此我将这一点称为整个计划的关键点和转折点。我建议你在读完这章后，别再懒洋洋地坐着了，试着按我说的那样，通过身体调整活动，践行让三方面真正聚合的机制。几个世纪以来，武士们一直在实践中运用这一机制，其有效性是经得起考验的。

武士聚合之法

请重新看看你所画的聚合三角形，并按照我的指示，在图中添加几个重要的细节。假如，三角形的三个顶点及其所带的圆圈代表了身体、心智和心灵，那么，它的三条边线可以看成武士为达到三方面的聚合所采用的三种身体调整活动。

这三种武士聚合之法分别是：

第一，腹式调整，即在体内找准聚合点，一切姿势和活动都以此点为中心。

第二，腹式呼吸，即将气吸入腹部的能量中心，并由此中心呼出。

第三，武道禅坐，即武士的坐禅冥想。

图表中的三角形底边连接着身体之圆和心智之圆，请在三角形底部标注“腹式呼吸”几个字。接着，请在连接着心智之圆和心灵之圆的左斜边上，标注“腹式调整”几个字。最后，请在连接着身体之圆和心灵之圆的右斜边上，标注“武道坐禅”几个字。我在后文中会针对三条边线的含义逐个进行详细讲解，但是，你自己也要记住，要想达到真正的聚合，三种方法缺一不可。你若是忽视甚至忽略其中的任何一种方法，终将导致整体精神状态的失衡。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

腹式调整：姿势和活动之法

腹式调整是所有武术技能中最重要的方法之一。任何身体调整的技巧或活动，无论是竞技比赛，还是商业活动，要想准确无误地实施，都必须以腹式调整为核心。跟我学习武士道的交易员学员中，有不少人发现，这个方法为他们的交易过程带来了巨大的好处。在市场不稳定、风险较大的时候，它发挥的效用则更为显著。腹式调整泛指身体在任何时候的姿态或状态，尤指战略行动的实施方面。它还要求武士找准中心点或合一点，因为那是一切活动的发力点。

腹式调整练习可以浓缩为三个基本准则：

第一，保持身体竖直。

第二，保持聚合意识，一切活动围绕合一点。

第三，重心下移。

每一条准则都是很容易做到的，只需少量的练习，就能习惯成自然。然而，要想达到预期效果且不走弯路，你还是要听一下相关讲解。

第一条基本准则：保持身体竖直

试着想象，你的头顶悬着一根绳子，这根绳子足够长，能垂至脚踝。然后，想象着你在这根绳子的另一头悬挂着一个重物。然后，让绳子从头顶自由下垂，穿过身体的中心，重物恰好停于双膝之间的位置。参照这个“铅锤”，你就能知道身体是否处于竖直姿态了。跟我学习武术的学员们，在学习正确的作战姿势时，常以这个想象方法辅助练习，都收到了很好的成效。另外，在竞技武术以外的领域中，这个方法也能有效地纠正姿势。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这个方法说来容易，但是，如果你没有清楚地意识到它的重要性，就很容易忽视它。无论你身在何处，也无论你在做什么，务必要让铅锤保持在双膝之间。也就是说，你要让你的头端正地保持在肩膀的正上方……双肩则端正地保持在上腹和躯干的正上方……躯干也要端正地保持在腰部和臀部的正上方……双腿（分开也好，并拢也罢）则必须强有力地支撑着身体其他部位的重量。一旦身体的某一部分偏离了重心，整个身体就无法与想象中的绳子保持在同一条直线上。

人们最常见的姿势问题，就是头、肩、背之间的相对位置不正确。如果头往前伸，肩膀也往前倾斜，那么铅锤就会跑到腿的前侧，这种姿势是错误的。而如果后背佝偻得太厉害，头就会向后仰，肩也会往后倒，那样，铅锤就会跑到腿的后侧。看到这里，你应该明白了，判断姿势正误的要领就是，任何时候，一旦铅锤偏离了双膝间的正中央，跑到了双膝的左边、右边、前面或后面。那么，你的姿势就算“偏离中心”了。唯一的例外，就是你坐着或跪着的时候。这时，臀部和腰部承担了双腿的职责，而铅锤的位置，就要保持在脊椎尾部或直肠底端。

显然，这种方法能有效地纠正和改善身体姿势，但在心智和心灵方面，它同样能带来诸多好处。要是我不提醒你，你很可能会忽视这一点。

正确的腹式调整在各个物理层面的作用。在第三章中，我曾说过，武士会留意到一切事物中三个物理层面：简单物理层面（身体）、超物理层面（心智）和形而上层面（心灵）。从简单物理层面来说，当身体竖直时，身体各部分自然而然会和谐共处，共同发挥作用。而从超物理层面来说，当你以竖直的身姿站立、行走、端坐或跪地时，你可能会惊奇地发现，你的自信心上涨了，情绪更稳定了，注意力也更容易集中了。我在第三章中也提到过这种身体姿态和心态间的相互关系。正因为如此，我在道场里教授学生身体姿势时，教给他们的第一个原则，就是保持竖直的身姿。有的学员原本缺乏自信，自尊心也很薄弱，但是，通过练习竖直的身姿，他们的性格确实改变了，这是我的亲眼所见。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

在身体保持竖直的同时，来自身体和心智的精神能量，会同精神世界的其他部分及它们所包含的一切，相互聚合以达到一致，市场也是其中的一部分。

竖直身姿练习共有3种作用。前两种作用很重要，但我真正想强调的，是第三种作用，即它在形而上层面的作用。我曾试图让你们领会一个道理：气（生命力）是万事万物的核心，也是整个宇宙的核心。“腹式调整”这个词在日语中还有“直觉”的意思。因此，在身体保持竖直的同时，来自身体和心智的精神能量，会同精神世界的其他部分及它们所包含的一切，相互聚合以达到一致，市场也是其中的一部分。当棘手的情况出现时，比如深巷中出现了某个凶险的身影，武士可以运用腹式调整法，使其直觉变得极为敏锐，从而顺利应对状况。同样，当市场形势突然开始波动不定时，崇尚武士道精神的交易员们也可以运用腹式调整法，提升直觉能力，迅速“解读”状况，并立即从合一点发力，有效地处理问题。此后，你就要用到第二条法则，让我们一起来学习吧。

第二条基本准则：保持聚合意识，一切活动围绕合一点

合气道大师曾说：“若整个宇宙不断浓缩，就会凝聚于人的下腹部，成为‘一’，即合一点。” 亚洲所有文明中都有这样一种观点，即灵魂或精神都以腹部一个小小的圆形区域为中心，其位置在肚脐以下2寸处。这一区域被称为“一”（意思就是合一点），也叫作“原”（意思就是“腹部”或“生命力之核心”）。只要你从哲学层面稍作思考，就会发现这种思想并不难掌握，其重要性也很容易理解。

在前一章中，我曾经提到过，东方人和西方人在宗教和精神思想方面，存在着诸多差异。其中主要的一点是，西方人眼中的上帝、天堂或宇宙“在人之外”，而人类则生存于宇宙的边缘，二者相互分离。相反的，东方人对精神世界

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的看法则是神、天或宇与人"同在"，而人类则生存于宇宙的中心。如果你在纸上画一条直线，那么，数学家和物理学家们就会告诉你，这条线朝着两端无限延伸。那么，哪里才算是这条直线的中点呢？答案是："你在哪儿，线的中点就在哪儿。"因此，你的体内也必须有一个中心，你要由这个中心出发来认识世界。这个中心，就是你的合一点。

保持聚合意识的含义很简单，就是要时刻意识到合一点的存在，认定它是你一切行为的来源和开端。我在帮助习武者或其他运动员提高竞技能力时，总是不厌其烦地强调，要从合一点发力，一切动作都要围绕这个中心。这一技巧十分重要，我怎么强调都不为过。他们掌握了这一技巧，并加以运用，后来，他们的竞技技术以及执行能力，往往都有显著的进步。

通过腹式调整运用合一点的实例。我的妹夫约翰一直在用心地练习打网球。在我认识他之前，他就已经练了好多年。他立志有朝一日要参加职业网球赛，并最终成为网球教练。虽然约翰又高又瘦，但我一看见他就能认定，他有实现梦想的巨大潜质。我相信，只要他在发球和防守时能更加注意让动作围绕合一点，并从合一点发力，他就能实现心愿。

约翰不断练习，试图让动作围绕合一点，并从合一点发力，自然而然地融入到网球的练习中。这样练习了一年之后，他的潜力终于被充分地挖掘出来。自此以后，约翰成为一位成功的网球选手，同时也加入了美国职业网球教练协会，成为受人尊敬的网球教练，指导大型网球培训项目，提起这些，我也倍感自豪。约翰也在培训中，向他的学员们传授着动作围绕合一点，并从合一点发力这一腹式调整原则。

亲身练习腹式调整。从现在起，你每天都可以自己练习腹式调整。这个练习很容易，不管你在做什么动作，只要记得从"原"（下腹）发力，你就能自如地运用腹式调整法。当你采取任何行动，无论是从房间的一端走到另一端，是

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

从座椅上起身，或是做其他任何事情，你的第一股能量必须发自合一点。

如果能在日常运用合一点方法，你会发现，开启罐头、拧松极紧的螺母、推动或拎起重物这类琐事都会变得更加有趣。正是在这类场景中，你才能真切地感受到运用合一点能带来多么强大的威力和多么显著的效果。如果你能将此方法与保持身体竖直的方法正确地结合起来，并压低身体重心（我在后文中会讲解），你就更容易体会到这个方法的巨大效力。你现在可能一下子还看不出，这种练习和金融风险投资有什么关系。但我可以保证，它们之间确有联系，到时，你自然就会明白。

第三条基本准则：重心下移

刚看到这条准则时，你可能很难理解重心怎么可能被移来移去呢？即使能移，做这事的前提则更使人费解：怎么会有人去做这么一件事呢？诚然，人们大都会很担心重心下移会触犯另一条法则，即保持重心稳定不动的法则。但人们之所以有这种顾虑，只是因为不懂这条法则的真实含义和真正目的。

将重心下移其实是个心理层面的原则。它要求你想象自己的重心移到了下半身，这样能增强身体的稳定性，也有利于改善姿势。伟大的合气道创始人植芝盛平大师曾向公众展示了腹式调整法的巨大作用，因而声名远扬。在展示期间，他还演示了一个叫“雷打不动”的姿势。

植芝盛平大师不算高，但是，在那场著名的演示中，他跨开马步站定，然后邀请观众上台来，试试能否将他推倒或举起。几年过去了，无数人曾试图移动他，有时甚至是三四个人同时用力推他，却一律以失败告终。植芝盛平大师称，自己唯一的秘诀就是运用了腹式调整法。他所做的只不过是保持身体竖直，屈膝以降低身体重心，同时想象“全宇宙的重量都转移到”他的双腿上了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

亲自感受下移的重力。这故事听上去也许像日本的民间传说，但事实上，你也可以亲身体验这一现象。只要进行一个简单有趣的练习，你就明白了。跟随我进行静修训练的学员，经常一起做这个练习，我称为“猜猜我的体重”。参与这个练习的学员，大都觉得它充满了乐趣，并且很好地体现了重心下移方法的作用。如果你也想尝试一下，只需找个身材比你高大或体重比你重的同伴，协助你完成练习。

找到合适的同伴后，让他从背后用双臂抱着你，他的手臂要环绕于你的手臂下方，他的双手则在你胸前的位置互握。你要将身体向上提拉，放轻松，想象自己的身体轻如鸿毛。此时，屏住呼吸，坚持一会儿，并示意同伴缓缓地（以免伤到肋骨）将你举起，举到双脚离地1米的高度，然后再将你放下来。放下后，让他估计一下你的体重，并大声说出数值。

但是接下来，该轮到你让他大吃一惊了。让他像之前那样，双手环抱住你。但这次，你要让身体放松些，想象你的下身重达一吨。缓缓深吸一口气，把气吸入腹部，低于他双臂的高度，边吸气边想象你的合一点深深扎根于地面，不可动摇。

收紧腹部，让气息通过喉咙后侧，用嘴呼出，同时示意同伴再次缓缓地将你举起。当他正用手努力支撑起你“增加”的体重时，你要徐徐呼气，并继续将体重扎于地面。一般来说，他此时根本抬不起你。不过，要是他还是把你举起来了，那就再让他估计一下你有多重。多数情况下，他这一次给出的数值会比第一次的估值高出一半。这时你就会认识到，通过腹式调整和压低重心，你确实会获得更为集中的力量，帮助你抵御外界干扰。

当然，我得承认，“快速增重”计划并不会有多少市场。但从另一个方面来说，通过遵循腹式调整三法则，你在行动准备期间、采取行动时，以及行动完成后，都会发觉（事实也是如此）自己变得更加沉稳，更加自信，注意力也更加集中

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

了。如果是这样，那么我觉得各种事实都证明，这个方法对你的交易和金融风险投资活动，以及你在贸易中的表现，都具有无限的价值。假如你也同意这一点，那我们就继续往下学，开始探讨聚合三角形的第二条边线，也就是腹式呼吸法（将气吸进腹中的能量中心，并由此中心呼出）。顺便提一句，在“猜猜我的体重”练习的第二次试举过程中，你就已经用到过这个方法。

腹式呼吸：武士呼吸之道

遗憾的是，呼吸这种自主性的活动，并不为西方人所重视。毕竟自出生之日起，他们就不怎么留意自己的呼吸方式，但至今仍在呼吸着，也从未停止过。然而，如果你不放过一切可能性，那你很快就会发现，正确呼吸的效用，不仅仅是维持生命这么简单。在东方文明中，“正确”的呼吸方法一直被看成至关重要的，这种观念已延续了数千年。因此，历史上所有关于武士道原则的著作，几乎都经常会谈及“正确”的呼吸方法。中日武学大师所写的著作中，这种现象更为明显。比如，孙武和宫本武藏都在书中反复强调，腹式呼吸（字面含义是“将气吸入腹部的能量中心”）对于武士增强力量、增加勇气并培养不屈不挠的精神，是至关重要的。

有趣的是，如果我们从语言层面阐述呼吸活动，也能印证先贤们的这些思想。在英语中，“呼吸”所对应的医学术语是respiration。这个词来源于拉丁语，其词源含义是“获得或更新（re）精神（spira）的过程（ion)”。早在那时，医学专家们就已认同了呼吸的重要作用，认为它不仅能维持生命，还能帮助人们恢复精神和生命力，使人保持活力。

同样的，武士也高度认同这一观点，并对其加以运用。他注意到，从简单物理层面来说，呼吸活动维持了机体的存活和正常运作。他也知道，从超物理

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

> **从超物理层面来说，呼吸活动刺激着大脑的运作，使其能够更好地发挥作用，尤其是对于那些需要发挥直觉能力和高度精确的战略技能的活动。**

层面来说，呼吸活动刺激着大脑的运作，使其能够更好地发挥作用，尤其是对于那些需要发挥直觉能力和高度精确的战略技能的活动。他还确认，从形而上层面来说，呼吸活动为机体带来新的“气”（生命力），从而保护整个机体，并赋予其活力。

现代科技印证古老认知

现代神经心理学对呼吸领域的研究及其结论，也印证了古人关于这方面的不少看法。在先进脑电波监控技术的帮助下，科学家们清楚地了解到人脑的运作依靠电压和电波，其频率高低不一，从每秒 2 个周期到每秒 32 个周期不等。人们根据大脑运作频率的不同，将机体活动分为四级或四“带”，分别为beta（贝塔）带、alpha（阿尔法）带、theta（西塔）带和delta（德尔塔）带。每种频率带宽的活动，都在人体内扮演着不同的角色，发挥着各自独特的功能。鉴于本章的目的，我在此尤其要指出，当大脑电波处于各个频率带宽时，呼吸活动也会体现出不同的特性。

beta带的活动特征

脑电波频率最高的级别是beta带。在此范围内，当脑电波频率最高时，机体的活动将出现协调困难，无法执行评价性判断或理性思辨任务。处于beta带的机体，还会出现紧张、愤怒、恐惧、焦虑、不安等情绪，以及一些不理智的想法，往往还伴随着呼吸急促、胸腔喘气等特征。在此范围内，当脑电波频率

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

最低时，机体往往能够协调地运动，并能正常集中注意力，因此可以执行一些需要相关能力的复杂任务。机体进行正常呼吸时，脑电波通常都处于这种频率。

alpha带的活动特征

alpha带所涵盖的频率范围，较之beta带的要更窄些。当脑电波处于这一频率范围内时，机体通常展现出冷静、平和、创造力强、直觉思考能力强等特点。在完全清醒的状态下，脑电波通常处于这一频率范围内，此时往往还伴随着更加缓慢且更加深沉的腹式呼吸。人进行自我催眠和沉思冥想，其目的往往是将脑电波调整到这个（以及theta带的）频率范围内。

theta带的活动特征

theta带有个最常见的别称，就是“迷糊状态”，因为，当人合眼后且即将进入或刚刚进入昏睡状态时，其脑电波往往处于这一频率范围。经常进行冥想的人大都认为，这一状态具有很强的超自然性。因为此时冥想者能接触到意识的更高层次，发挥出超自然的心理能力，同时还能做一些富有创造性和想象力的梦。不少艺术家和发明家都有效地利用了这种居于于前意识和潜意识之间的状态，从中获得灵感、想法和解决问题的办法。当脑电波频率处于theta带时，机体会采用深沉的腹式呼吸，这一点和alpha带相似。但不同的是，处于theta带的机体，其呼吸比在alpha带时更加急促，尤其是进入快速动眼睡眠期之后。

delta带的活动特征

脑电波频谱的最低一级就是delta带。当脑电波处于这一区域时，机体进入沉睡，甚至昏睡状态。人体需要利用这一状态进行修复和再生。此时，机体自

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

然会不可避免地采用缓慢、均匀而深沉的腹式呼吸。

了解各种脑电波频率及其所对应的呼吸方式，有助于你了解自己，但即便如此，我仍希望你能用心留意到另一个重要的科学发现。那就是脑电波和呼吸方式存在着互补关系。我的意思，具体来说就是当脑电波频率处于alpha带或theta带时，你的呼吸会变得更为深沉；反过来看，如果你有意加深呼吸，大脑也会“产生”相应频率的脑电波。很快，你就会发现这一技能对你做任何事都有极大的好处。

腹式呼吸的重要性

我在上文中陈述了脑电波和呼吸方式的运作原理，都是为了使你们认识到其中的两个共同点。事实上，在每章开篇的武道传奇中，你也可以发现这两个共同点。

我希望你明白的第一个共同点就是，武士若想达到身、心、灵的聚合或有效地采取行动，腹式呼吸法都是极具价值，也颇为重要的。然而，我希望你注意的第二个共同点更为具体，那就是无论何时提及更高的意识层面、直觉能力、高度精准的表现、稳定的情绪、集中的意志，以及任何其他的“内在价值”，都必须运用深沉的腹式呼吸才能获得。你时刻都在进行着简单的呼吸动作，却不知道它的巨大价值。武士若想随时都能达到身、心、灵的聚合状态，其主要工具正是这种简单的呼吸方式，这一点信不信由你。

你时刻都在进行着简单的呼吸动作，却不知道它的巨大价值。

伟大的空手道创立者容宜仁大师常说：“通晓腹式呼吸法，便有十虎之力、十虎之勇。”对于腹式呼吸法，武林前辈曾屡试不爽，如今对你也同样适用。今天，你着手学习腹式呼吸法的时机已经成熟。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

腹式呼吸练习

在学习腹式呼吸时，要想正规起步，最好的方法就是先认清你在呼吸时，每一块肌肉分别承担着什么任务。认清这点其实很容易，只要你一只手按着胸口，另一只手置于腹部。此时，你可以立正站直，也可以平躺下来。

选择上述的一种姿势，然后缓缓深吸一口气。吸气时，如果发现胸口挺起或双肩上提，那你可能正在用胸腔进行呼吸。记住，吸气的同时，横膈膜要下移，绝不可以向上抬起，这样才能让肺部充分扩张，从而使肺部充满空气。如果，你的胸口和双肩的升降方式提示横膈膜已经上抬起，那么，此时肺部的容积就会减小，大脑则会产生不那么有利的beta带高频脑电波。相反的，如果横膈膜下移，大脑则更容易产生alpha带和theta带脑电波，这才是你想用以加强自我控制力和聚合能力的最适合脑电波。

要想掌握腹式呼吸法的窍门，首先要让腹肌用力外扩，以熟悉它的运作原理。多数人只了解腹部肌肉群的收缩功能，因此习惯用胸腔呼吸。一旦你体验到了腹肌外扩的感觉，下一步有益的练习就是，将厚重的书本或其他物件摆放在肚皮上，并用腹肌使劲地支撑着它。

最后，你可以开始练习用鼻子缓缓吸气了。想象气流通过后脑勺，沿着颈后部向下流，流经你的后背，最后抵达腹部。再轻松地想象一下，你的腹部和胸腔是两个相连的气球，你要先给腹部的气球充上气，然后再给胸腔的气球充气，直到两个气球都充分膨胀为止。

腹式呼吸的呼气方法与吸气方法恰好相反。腹肌先用力外扩，再开始呼气，方法是让气体从腹部上升到胸口前壁，并张大嘴（并非经由微闭双唇间的缝隙）将之呼出。一旦胸腔的气体全部呼出，紧接着释放腹部和合一点的气体。集中注意力将气体从体内释放，甚至是“推”出去，直至完成整个呼吸循环过程。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

通过练习，你可以将呼气时间延长至60秒钟。如果在呼吸时收紧喉咙，以发出类似于“啊”的轻轻呼气声，就能保持更长的时间。练习延长呼气时间，有助于你在后面的章节里正确地掌握佛教冥想，这一点我很快就会详细地为你阐述。

腹式呼吸法的基本练习

听了我刚才描述的腹式呼吸过程，你也许会纳闷，是否有必要时刻都用这种方式呼吸？答案是，无论你是不是武士，腹式呼吸法都是“正确”的呼吸方式。你若观察一下婴儿的呼吸方式，就会发现原来最天然的呼吸方式，正是腹式呼吸。不过，为了方便你们有效地学习和调节方法，我特意在自然腹式呼吸的基础上，加以夸张处理，便有了前文所说的练习方式。通过练习，你最终将留意到自己任何时候都无须考虑，就能自然而然地从合一点发力，从而将气息“吸入腰部”。但是，当采取关键“行动”时，你就会故意夸张地运用这一呼吸方式，积极进入“三角形区域”的聚合状态。

亲自验证腹式呼吸的有效性

练习了一段时间的腹式呼吸之后，你就会想亲自验证下，自己的练习是否确实能给你的身心带来好处。我建议你尝试以下方法。学员亲自来道场跟我学习静修训练时，我会用生物反馈监控设备测试学员们的学习成果。可能你没有这样的硬件条件，那我建议你，让心引领你寻找真相吧。

你只要做几个俯卧撑或者其他运动，迅速让心跳加速。一旦心脏加速跳动，你就端坐在椅子的前沿，立即开始吸气，然后用正确的方法（但也要迅速地）缓缓呼气。注意一下你此时的心率变化：当你呼气时，心跳也会瞬间减缓。重

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

复做几次腹式呼吸，直至你感觉到心脏彻底放松为止。由此你自然能确信，你的内在控制力已经有所增强，你所进行的武士腹式呼吸练习对于你提升交易能力，具有长远的价值。若上述属实，那我们可以继续往下看，开始学习武士聚合法的第三个技巧，也就是聚合三角形的最后一条边。

禅坐：武士坐禅冥想之道

人类从很久前就开始修行禅道，至今已有 2 500 年。虽然许多文化中都有修行禅道的传统，但是，直到日本传说中的武士开始运用这一方法，它才算是进入了实践运用的高峰期。

虽然许多人将禅道视为一种宗教，但事实并非如此。禅道不涉及任何天堂、地狱、罪恶、奇迹或救赎思想，它只注重如何迅速提升你在表现和生存方面的质量与深度。禅道并非教条，也不会高高在上地摆出一副比你神圣的姿态。虽然禅道修行者的水平参差不齐，既有大师也有学生，但它所包含的内容较为抽象，除了我即将阐述的修行技法之外，其他内容本身都是只可意会不可言传的。禅道修行之路是属于你个人的，你必须独自穿越，禅道修行这条路可能会学到不少东西，这与交易有异曲同工之妙。

西方文化和不少交易员，都太急功近利，总想找到立即生效的方法，但这与禅道以及武士真道的原则背道而驰。

你若满脑子只想把冥想练习和交易与风险投资联系起来，你便会发现要想以禅坐冥想练习增加未来的赢利，是件极为困难的事情。但我保证，只要你敞开心扉，不放弃一切可能性，并坚持修禅，一切顺其自然，那你以后一定会领悟到禅道和交易与风险投资间有何关联。你要记住，西方文化和不少交易员，都太急功近利，总想找到立即生效的方法，但这与禅道以及武士真道的原则背道而驰。下面这个故事就印证了这一道理。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

从前，有一位年轻的武士。他跟随一位著名禅道大师学习冥想法。但他仍希望继续练习剑术，进一步提高自己的直觉反应力。一次，大师应邀与他面谈。他问大师："我需要练习多久，才能成为禅道大师，启迪众生呢？"大师回答道："短则 10 分钟，长则 10 年。"年轻武士听后说道："10 年恐怕太久了！如果我加倍努力学习，把冥想的时间延长至其他学员的两倍，那又需要多少时间呢？"智慧的大师毫不犹豫地答道："那样的话……需要 100 年。"

禅道大师显然明白，在修禅过程中，若急于求成、缺乏耐心，就难免会止步不前、心烦意乱，最终失去继续修禅的动力。因此你要慢慢来，只要按我下文教你的方法，享受冥想的过程就够了，不要急于知道它与你的交易有何关联。这样做，你可能会惊奇地发现，自己无意中已到达了聚合三角形中心的合一点，这就如同禅道中的射击术，无须瞄准就击中了靶心。这种感觉是不是很棒？

我教授禅道冥想法已有 25 年，门下学员无数，期间我创立了一套教学套路，自认为易记易学。我教授冥想法的套路分 5 步，每一步都涉及一些本章以及上文内容中详细讲解过的原则。因此不会出现新的知识点，你需要学习的只是新的练习顺序，帮助你在起步时就能步入正轨。虽然，现在我们仍处于学习"武士行动方案"6 字要诀的阶段，但请允许我再引入另一组要诀或"方案"，以帮助你在学习冥想法时进行记忆。

武士禅定冥想方案（S.T.I.L.L）

对于武士来说，禅坐冥想过程有助于他们的身、心、灵在一小段时间内保持平静和禅定，正因为如此，我称为"武士禅定冥想方案"。这里的 S.T.I.L.L 也对应着 5 条简单的要诀，它由相应 5 个关键词的首字母组成，分别是：

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

端坐（Sit straight）：身体保持平衡并竖直；然后……

呼吸（Take breaths）：缓缓地深呼吸，将气吸入腹部的合一点；然后……

自省（Introspect）：反思下，自己进入禅坐冥想，其目的何在；然后……

接收（Let In）：打开感官，让大脑接收一切感觉信息；然后……

清除（Let Go）：彻底清空大脑中的一切思想和意识。

虽然这5条要诀基本都能按照字面意思理解，不过，我仍想逐条给你一些意见，我的学生曾认为这些点拨颇有助益。

身体竖直端坐并保持平衡

在本章前文中，我们曾探讨过腹式调整的三条法则。在实施本条要诀时，你也需要遵循那三条法则：第一，你要保持身体竖直；第二，保持聚合意识；第三，重心下移。“禅坐”一词，字面意思是“坐着冥想”。人们对这个词的理解可能不太准确，因为不少修禅者在练习冥想时，都采用日本传统的正坐姿势。其实你既可以选择坐姿也可以选择跪姿，只要个人感觉舒服就行。

如果你选择跪姿，那我建议你在双脚上放一个软坐垫，臀部落在坐垫上。如果你选择了坐姿，最好的方法就是坐在一个厚约0.125~0.15米的硬坐垫上，双腿在身前交叉。功力更深的练习者，可以把左脚放在右大腿上，右脚也放在左大腿上（这姿势叫“莲花坐”）。无论选择哪种姿势，你要谨记一点：双膝必须低于臀部。只有这样，你在禅坐冥想期间，身体才能保持竖直，血气才能正确地循环。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

缓缓将气吸入合一点

我在详述聚合三角形第三条边所代表的腹式呼吸时，已经教过你如何缓缓地将气吸入合一点。我发现，连续做三个长长的呼吸是再舒服不过的了，第一个是为了调整身体状态，第二个是为了调整心智状态，第三个是为了调整心灵状态。这个过程常被称为“禅宗三呼吸”，或“三气”。

这样“深”呼吸三次后，我通常将呼吸放缓，恢复均匀地呼吸节奏，排除一切杂念，只留意通气进出于身体的感觉，然后再进行内省。禅宗术语将该过程称为“意随气行”。

反思自己禅坐冥想的目的

禅坐冥想必须有目的。就算只是为了安静一小会儿，什么都不做，那也算有个目的。在这一阶段的冥想中，你的心智还是相当可控的，因此你有机会将一些想法内化。例如积极的肯定、预期的目标、想要的感受，甚至是需要解答的问题。只要你的目标是善意的，是为了提高自己，无论它具体是什么，都不要紧。所以你不用多太花时间思考这个问题，一两分钟就绰绰有余了。

打开感官，让大脑接收一切感觉信息

在第四章的内容中，你就学过如何让大脑接收一切知觉，目的是打开 5 种感官，快速并有效地接收一切感觉信息。有的人喜欢在冥想时睁着眼睛，舒服地盯着一个东西，可以是一支蜡烛，也可以是一堵白墙。这样做可以尽量减小在冥想期间睡着的可能性。

如果你选择闭着眼睛进行冥想，那就提起精神，注意余下的 4 种感官感受。尤其要注意感觉自己身体的运行状况，如身体的温度变化、血液的循环以及唾

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

液分泌的多少，这些都是不错的冥想对象。也别忘了留意一下其他感觉信息，比如听得到的声音（无论是近处传来的，还是远处传来的，都值得聆听）、各种闻得到的气味，还有你能感受到的各种味道。总之，要将你能体验到的感觉信息，统统都接收进来，然后再开始下一步练习，也就是最重要的步骤。

彻底清空大脑中的一切思想和意识

在第五章的内容中，你就学过如何彻底清空大脑中的一切思想和意识。当时我就说过，我认为这是所有武士心智和冥想练习中，西方人最难入门的一部分内容。但是你只要记住，对无心境界的体验，的确符合人的自然天性。通过这种体验，你就能接触到终极的“无”，也就是包容万物的“有”。

冥想期间，若脑中飘过种种思绪或幻想，那都是再自然不过的事。此时无须担心，也不用进行思想抗争。你只要把大脑想象成一扇旋转门，门外的想法刚进来，就会随着旋转门重新转出去，一切又归于空无。方法就这么简单，只要定期耐心练习，我敢保证你一定能做到。

关于禅坐冥想的技巧和想法，我目前所能想到的基本都已经讲完了，仅剩时间分配问题还没讲：冥想的时间长度通常为 15 分钟~1 个小时，最好一天练习两次，早晨一次，下午一次。我们关于武士聚合之道的学习到此结束，正如我在本章开篇所说，在此请允许我将本章所学知识点加以整合，以帮助你综观全章。

聚合身、心、灵

再次回想一下你画的聚合三角形，要记得，聚合状态指的就是身、心、灵三个圆圈在三角形范围内完全重叠，其中心点对准三角形正中央的合一点。这样聚合后的整体作用，会大于原先各部分作用之和。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

三角形的三条边分别标注着“腹式调整”、“腹式呼吸”和“武道禅坐”，它们代表了聚合法的物理过程及其含义。要记得，这三种练习（以及对相应法则的练习）是达到身、心、灵适当聚合的基本方法。当你在交易中运用武士道精神时，若遗漏了上述任何一环，你的整个武士心智和精神状态都会严重失衡。

我想再次提醒你，要本着开放且乐意接受的态度，将我所描述的各种训练和练习方法亲自实施。这是一切的重中之重，因此我鼓励你做到这一点。我可以保证，你的一切努力，都将使你收获惊喜，且必将有助于你整合和巩固对武士真道的理解，确保你将其合理应用于交易领域。

交易中的武士道

“聚合”这个主题的篇幅较长，且涉及话题甚广，每个话题中又包含着数个需要考虑的小问题。因此，关于武士聚合之道在交易领域的应用，我有不少实际案例可以与你分享。不过，其中有一个简短的案例，我猜你也会喜欢。每当想起它，我都会不自觉地微笑，并赞同地点头。

M · C先生来自美国阿肯色州的小石城。他曾告诉我，在尚未练习将武士道（尤其是腹式调整原则）运用于交易前的很长一段时间里，他和其他交易员一样，苦于对心仪的交易目标“扣不动扳机”。后来，他接受了武士道精神的熏陶，并将之运用于交易中，于是找到了一个办法：如果把合一点看成宇宙的中心（也是交易世界的中心），那么，他也许应该想方设法，让这个“意识的所在地”负责在实际交易中采取行动，这样做也许更为明智。

这一极具见地的想法，最终上升为实际行动：在交易的过程中，M · C先生让双眼和大脑负责观察实时数据的更新，一旦数据显示交易时机已成熟，他就让合一点全权负责下单买入。M · C先生描述道，每当交易时机成熟，他就感觉

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

到合一点瞬间聚集起一股能量，指引着他将手迅速移至电话，并按下打给经纪人的自动拨号键。一旦有人接起电话，他的大脑就自然舒适地重新接管了行动，然后他开始说话，语气就好像这通电话是对方打进来的，而不是他打出去的。

这一切你听着可能觉得很怪异，但我仍想在此指出两点。第一点可能是最重要的，那就是这个方法对于M · C先生来说，确实行之有效。他将内心的创造力和对武士精神的理解相融合，有效地解决了问题。在任何人看来，这都应该是最要紧的。不过，我要指出的第二点再次印证了运用这一方法确实有效，这也许能帮M · C先生免除精神失常的嫌疑。

在指导M · C先生进行训练期间，我曾对该组学员提起过，伟大的武师宫本武藏在面对强大的敌手时，有时也会使用身体分工技能。宫本武藏大师所用的这种技能，与M · C先生的方法类似。在回应对手的攻击时，他也会专由“住”在合一点的所谓“内心的第二个自我”负责采取战略行动。因此，在腹式调整法和合一点的协助下，宫本武藏大师与M · C先生分别将抵御攻击和下订单的任务，转交给所谓的“内心的武士道精神君”，避免了犹豫可能带来的失误和损失。

这个想法还算挺有意思的，你觉得呢？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第九章

武士信任和直觉之道

武道传奇

日本千叶县野田市的武神馆道场里，5 名黑带五段候选人沿着侧壁跪成一排，默不出声，充满期待。这里是户隐流忍术第 34 代宗师初见良昭大师的本部道场，这个武术流派在日本已经延续了 800 年。这些黑带四段武士来自全球各地，在初见良昭警觉敏锐的眼神下，希望能通过一系列严峻的考验，获得师范的称号。

4 天过去了，今天是强化测验的第 5 天，也是最恐怖的一天，但每个五段候选人在过去的几天里，仿佛已经下过地狱了一般。

第一天，候选人要实现心理和精神的净化，让身、心、灵为接下来的严酷考验做好准备。所有黑带四段都必须经历净心和修验道的集中考验，包括在冰冷的瀑布下长时间冥想，然后是传统的戈马火仪式，还有在一条长达 6 米、由滚烫的木炭铺成的火径上走过。在接下来的 3 天里，他们每天都要与初见良昭大师进行一对一的交谈，且必须在他挑剔的眼光下，连续不停地展示户隐流忍术的基本技巧。但在初见良昭大师看来，所有这些要求与即将开始的最后一个测试相比，其重要性不可同日而语。这个环节也是为了测试武士的信任和直觉之道。

宗师指向其中一名隐忍的武士，暗示他将享有最先接受测试的荣耀。被选

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

中的黑带四段走了出来，站在榻榻米坐垫的中央，然后背对着宗师，抬头挺胸，摆出跪坐的姿势。宗师手中握着一把锋利的武士刀，站在武士正后方。此时，全场一片寂静，只听得到呼吸声，宗师缓缓把长刀高举过头顶，准备出击。

此刻，这名武士心中痛苦万分，因为他知道即将发生什么：任何一眨眼的瞬间，宗师都可能挥刀劈下他的头。所以，在刀落之前，他必须迅速滚闪到左边，希望能躲开利刃，否则他将人头不保。但是，他也知道仅仅躲过刀锋还不足以通过测验，因为在宗师挥刀之前，他绝不能躲闪。否则，将和被砍中一样自动视为失败，彻彻底底的失败，没有挽回的余地。

这名武士身体正坐，直觉告诉他，依靠极其敏锐的感官能力，或许可以听到宗师刚一移动时，裤脚发出的沙沙声，或者感觉到他挥刀时身体的振动。但随后，他很快意识到，要依靠这些线索完成躲闪，还需要更多宝贵的时间。所以，要做到毫发无损，或者至少完成挑战，已经别无他法，唯有依靠他的武士信任和直觉之道。为了实现宗师挥刀的瞬间便开始躲闪，他必须清空脑子里面所有的杂念和猜疑，相信自己的能力，感知宗师出手刹那的振动和杀气——他挥刀瞬间的意念。

在旁观看的人，感觉时间过得无比漫长。突然，呼吸、刀剑、身体三者同时启动，在空气中集中爆发。一切皆发生在眨眼瞬间。就在几微秒前，还是武士头部的位置，在顷刻间已经换成了初见良昭宗师的武士刀，凝固在空气中，闪闪发亮，一动不动。武士面对着宗师，跪在离武士刀 0.9 米远的地方，毫发无损。现在，他已经是黑带五段了——也是拥有 800 年历史的户隐流忍术的下一任师范。

信任你的武士技能和直觉

这是武士行动方案的第三条要诀，在它所传达的简单信息中，你能找到 3 条宝贵的武士智慧。第一，每一位武士必须掌握格斗的技能和方法，并且将之

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

深深地植入潜意识领域，供随时调用。第二，在掌握了格斗技巧，并且了解格斗的本质后，自然能在其专业领域拥有直觉。第三，为了让格斗技巧和直觉能有效发挥作用，武士必须无条件地信任他们的生存能力。为了更好地讨论这个问题，我必须先对信任的力量这一常被忽视的话题进行一番评论。

信任的力量

如果你能花费片刻时间想想信任的原则，那么就可能同我一样，发现信任的力量来源于两个渐进阶段。通过理智的思考和亲身经历，你首先会建立起对某个事物的信任。这个阶段最好可以描述为建立在一系列反复试验基础之上的过程。过了一段时间，经过一些积极强化的经历，信任便可升级到下一个阶段——本能的信仰，最好可以描述为一种信仰的状态。我希望你们可以认识到这种信仰状态远比简单的信任更为强大、更值得拥有。“状态”一词说明信任的过程已经成功地演变成信仰状态，并且已经植入人的本能，不可动摇。

有趣的是，所有的宗教都有一个共同点，那就是对待信仰的看法。毫无例外，每一个宗教派别和精神体系都告诫人们，靠信仰可以获得宇宙的终极力量。《圣经 · 新约》中有一个关于耶稣和百夫长的故事，十分有名。百夫长请求耶稣治愈他忠心耿耿但身患重病的家仆。百夫长告诉耶稣，说他深信“只要主开口，我的仆人就能得到治愈！”耶稣没有沾沾自喜，而是直截了当地告诉他说：“回家看看你的家仆吧，因为你的信仰已经把他彻底治愈了！”

信仰很重要

在人类所知的几乎任何一个宗教和精神派别中，无论是在他们的书籍、经

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

文、卷轴，抑或是口头传授中，我们都能找到大量故事、比喻和寓言，用来证明信仰的无穷力量。在此，我的用意很简单，就是为了指出人类的集体智慧都赞同通过信任过程和信仰状态来获取更高层次的力量。此外，我想要强调一点，根据不同精神信仰之间的普遍共识，信念（无论是信任还是信仰）对有效行动和保持成功至关重要，无论是练习武士道，从事金融冒险抑或日常生活。

根据不同精神信仰之间的普遍共识，信念（无论是信任还是信仰）对有效行动和保持成功至关重要，无论是练习武士道，从事金融冒险抑或日常生活。

最重要的是，我想要鼓励你们，不仅要对培养自己格斗技能和体系有足够的信任，还要让信任最终上升到本能层次的信仰状态。“上升”一词，引出了我的最后一个重点，还有关于这个主题我想给你们提出的一个警告。

有益的信仰和危险的信仰

尽管我一直盛赞信仰对于培养武士精神的重要性和好处，但是，如果没有特别指出存在着两种信仰，就未免太过疏忽了。有一种信仰是有益的，另一种信仰则存在着潜在的危险。我把它们分别叫作演化的信仰和臆测的信仰。

关于演化的信仰在前面我已经谈过。之所以这么称呼，是以为它的形成方式——通过不断尝试、犯错，最终证明其正确性，并形成一种本能。演化而来的信仰永远不会抛弃你，无论形势多么严峻、多么危险，它都是背后支持你的力量。相反，个人臆测信仰的形成，仅仅是因为别人怎么说，他就怎么认为。

臆测的信仰具有潜在的危险，这点十分明显。没有经过信任过程和本能淬炼的信仰，就像一把拙劣锻造的剑，在压力下会轻易弯曲，甚至折断。如果发现被视为标准的信仰是错误的，在武士看来，它所带来的伤害可以让一个人变得缺乏信仰或者出现精神上的无能。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

臆测的信仰和交易员

不幸的是，我见证，也听说过不少交易员陷入臆测信仰的泥沼。他们听信一些口齿伶俐的开发者或推销员肆意鼓吹他们的交易系统如何赚钱，于是便将其买下。也许他们是想要相信，也许是需要相信，对方说的都是真的，到最后发现自己受到蛊惑或误导，但却为时已晚。这种情况下，很多新手交易员会选择完全退出交易市场，可能由于缺乏资金，也可能是丧失了信心，或者两者兼具。更为悲哀的是，他们可能会带着两种偏见离开（都是被误导的观念）：“每个出售交易信息的人都是骗子和混蛋”和“在交易市场，我是赚不到钱了”。

这里的关键是，你必须通过学习和测验你的技能或“系统”，形成自己的信任和信仰，然后才能对它们保持完全信任。这也引出了武士行动方案中的第二条智慧——武士技能。

武士技能的力量

对于这个主题，我的论述会相对较简短，但却最为重要。根据常识判断，在危险情况下，要想完全相信自己的武士技能，必须先将这些技能深深地植入你的潜意识中。同样的，武士绝对不会为了试验几个新招式或格斗方法就进入战斗，在此之前，一定会在可以控制的场合将这些技巧修炼到炉火纯青的境界。

我相信，对交易员来说，情况同样如此。但很不幸，我见过他们中的很多人，在还没有像样地完成必要的准备工作前，就过早地进场。永远记住，这正是“纸上模拟交易”的目的所在——在可控的场合，根据理论练习“格斗方法”。我常听到人们反对进行大量模拟交易的言论，包括“只有拿钱交易了，才能真正知道一个交易系统的赢利能力。”对此，我可以不反驳，但至少我可以说这种观点

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

很可笑，也根本不符合交易中的武士真道。我认为，持有这种幼稚观点的人在没有遇到金融（情绪）风险前是不会知道新系统感觉如何，还有赢利情况是怎么样的。

真正的武士知道，只有将武士方法技能练到几乎完美的境界，才能相信它们能在战斗中助其一臂之力。他也知道，除了不断地练习掌握格斗技巧，以达到“不知道自己知道”的境界外，别无他法。也许你还记得，我在前言中曾提及，每个学生都必须通过4个必备的学习阶段，才能让所学的知识接受“烈火”的考验。

4个学习阶段

作为回顾，我建议你花点时间，简单地看看前言的内容，还有4个重要的学习阶段：

(1) 不知道自己不知道。

(2) 知道自己不知道。

(3) 知道自己知道。

(4) 不知道自己知道。

如果不花时间通过这些必要的阶段，那么知识基础就会特别不牢固、不扎实。此外（也许也更重要），如果没有全心地投入训练，并且模拟战斗的环境，就不可能培养出武士的敏感和内在洞察力，这些都是伴随着武士技能的掌握而产生的。这也引出了武士行动方案中的第三条智慧（也是我最喜欢的）——武士的直觉。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

令人称奇和惊叹的直觉

直觉可能是人类意识中最伟大的天赋。这种自然的现象几乎人人都有，毫无例外。说实话，我从没遇到过有人说没有感受到任何直觉。跟我交谈的人当中，有妻子“感觉”丈夫有了外遇，父母“感觉”孩子遇到了危险，侦探“感觉”嫌犯在撒谎，甚至有武士“感觉”武士刀马上就要降临到他头上了。这样的例子数不胜数。我相信你也可以举出一大堆这样的例子，而且是根据自己的经历。

我从孩童时起，便对直觉十分感兴趣。很多儿时“类似创伤”的记忆都与直觉有关。我记得我“知道”六年级的老师鲍夫先生，在他家床上犯心脏病死了；还依稀“知道”我的宠物牧羊犬福里斯基，在我上学的时候被抓到野狗栏了；我尤其记得，我的第一任女友凯西在七年级生日宴会上被人亲吻时，我当时心痛的“感觉”，虽然我都没有被邀请参加；我也永远忘不了，同一年的一个下午，因为我“知道”妈妈发现了我的一本色情杂志而不敢回家（她自然告诉了爸爸），这本杂志是一个不正派的邻居搬家时送给我的。

我感觉很幸运，因为这些有关直觉的经历一直伴随着我，并且随着时间流逝，自然地融入了我的武士训练和行为中。这让我可以从“内心直接”体验并理解武士的直觉，而当代西方武士很少有人能做到这点。我之所以这么说，并不是出于骄傲或自负，而是为了证明我还是有资格评论这个主题的。

如果仅靠着“书本上学来的知识”就开始传道授业，那没有比这样更误人子弟的了。直觉，尤其是过去30年来的武士直觉，已经成了我生命历程中的一个组成部分。在过去的15年中，我对武士直觉十分信任（包括武士行动方案），它们也在我的金融冒险活动中产生了巨大、积极的影响，其中包括几项创业投资、在赌场玩牌、炒股以及期货交易，也包括我现在投入大量时间，向你这样的金融冒险者传授武士真道。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

所以请记住，我的观点和评论完全来自于个人经历，而非理论。如果你虚心接受这些观点带来的各种可能性（我的武士直觉告诉我你会虚心接受），那么，你定将受益匪浅，在交易市场也将所向披靡。

虚心之道

关于直觉，首先我想说说虚心，这在上一句中就有提及。根据我的经验，你最起码得相信直觉的确存在。根据每个人自己的过往经历，要做到这一点并不难。其次，必须扩展这种观点，认识到直觉几乎关系到宇宙中的万事万物，其中也包括金融市场。事实上，英文中“宇宙”（universe）的意思是“一首歌”或“一种共鸣”(uni：统一，verse：诗歌)。因此，直觉无非就是打开心灵的耳朵，聆听宇宙的旋律，这首歌一直存在着，任何人只要愿意都能听到——包括你。

对我来说，要想体验直觉，利用它为你所用，科学技术的偏见是一个重大阻碍。我的意思是，传统科学认为像直觉这种摸不到、触不着的东西，都是些形而上学的空谈。不幸的是，现代科学把“现实”的定义局限于3个可以计量的维度：宽度、高度和深度，以及一些可以测量的能量，比如热能、光能和电磁能。这说明，对大多数科学家（也包括很多交易员）来说，在这个偏向于“有形”的信仰体系中，没有多少空间留给直觉之类抽象的事物。然而，尽管他们倾向于否认直觉的存在（更不用说相信它的好处了），这些科学家和交易员身上有关直觉的例子却数不胜数。你绝对想不到吧？

关于直觉的一些有用观点

为了从科学的角度分析直觉，尤其是武士的直觉，请看看我作出的一些评

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

论，颇为引人思考。我训练的很多武士交易员发现，这些评论让直觉更加容易理解，也更可信，还让他们培养出了对直觉的信任和信仰。

神经心理学家和通灵心理学家（两者各自的专长都在可接受的范围内，但却是完全相反的两个极端）都同意，直觉的经验是右脑皮层或“右脑”的一项功能。此外，这些令人敬仰的神经心理学家通过一些适当的科学方法发现，人的右脑同时负责一些感觉的产生，比如悲伤、痛苦、创新、冲动、爱和恐惧。依我看来，这些感觉应该同直觉一样，归入不可计量和测量的范围，属于人类意识中不可触摸的感觉（是否因此可以判断其不存在）。但是，这些感觉所产生的效果十分明显，并为人们所普遍接受，所以我们不能将它们与直觉归为一类。

我们来看看日常生活中的例子。比如，你无法定量爱，但能看出来谁恋爱了；你无法定量忧虑，但知道它对身体会造成什么样的影响；你无法定量创造力，但你可以把它的成果买回家挂在卧室的墙上。所以，按照这个标准，我认为即使科学不能定量什么是直觉，但是从有过直觉经历的人身上，你能找到它存在的证据，这些人会立即采取战术行动，并做到随机应变——就像本章开头的故事中，黑带五段候选人所展示出的那样。

培养直觉

我这个人一向直觉敏锐，这可能要归结于以下几个原因。我不仅好奇心强，富有想象力，并且乐于接受一些非传统的事物，此外我还喜欢阅读大量科幻和奇异类的书籍。另外别忘了，这么多年来，我还通过学习日本武士道，加强了身、心、灵的锻炼。

我认为，因为这些广泛的兴趣爱好，让我与同龄人相比，更加容易接受意识中无形的东西。但并不是说，为了培养直觉，就必须对这些东西感兴趣。事

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

实上，除了接受以外，我认为直觉受到两种感觉的促进和影响，这两种感觉很常见，大多数人都曾有过，它们是激情和技能。接下来，我们分别简要地看看这两种感觉。

激情对直觉的作用

在第二章中，我就谈过激情对于武士动机之道的作用。现在，你将发现这股强大的能量所能带来的另一项巨大好处。激情是一种情感浓厚的感受（受右脑的控制），能产生许多精神上的效果，其中就包括直觉。当我们对一个人、一件物品，或者任何一项活动满怀激情的时候，几乎总会感到与之有一种直觉上的“相通”。我的岳父唐就是一个很好的例子，他的爱好非同寻常。

退休前，唐一直从事市场营销工作，工作了很长时间，也很成功。对于退休，按他的话说是终于可以有时间和闲情做最喜欢的两件事了：一件事是打网球，另一件事就是收集一些他所说的“垃圾玩意儿”和“被丢弃的珍宝”。为了满足第一个爱好，他在当地一家网球场担任经理助理，每天都能见到很多搭档，而且只要体力还行，也有足够多的时间来练球。当打完球，“搞定”了对手以后，就到了陶醉于第二个爱好的时候了（我觉得他对这项爱好更有激情）。

他每天的任务就是去挽救一两件被丢弃的物件，按他的话说，就是“把那些没有物尽其用就被过早丢弃的东西，从城市垃圾中找出来”。但是，这个爱好真正迷人的地方在于他能“感觉到”这些物件在向他发出呼救，有时这些呼救甚至源自城市的另一端。在他和家人赶到现场前，他经常可以向他们描述这些“宝贝”，顺便还能把周围的环境介绍一遍，而且说得十分详细，令我们惊奇不已。

按照现代科学的说法，这纯属巧合或仅凭运气；怀疑的人会说，这是唐为了哗众取宠以证明他靠“直觉”能找到那些东西而设的诡计。但我知道，情况

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

不是这样的。唐怀着真心和激情，想把它们从垃圾堆里“拯救”出来，给它们找到能发挥作用的场所。就这样，他与这些物件之间产生了心灵感应。换句话说，他始终怀着武士寻求正义的使命，因此，武士的直觉帮助他实现了这一使命。同样值得一提的是，通过给这些“遗弃儿”安置新家，唐能得到不菲的收入，我认为这很公平。你觉得呢？

技能对直觉的作用

技能对直觉有何作用？提起这个问题的时候，我立刻想起尼尔森和罗伯特的事，他们都是道场的高级范士。“范士”这一称号是一种比较模糊的褒奖，由师范授予一个或多个先辈，以奖励他们多年来投入训练，并且对道场哲学和目标的实践所作出的贡献。但对他们来说不公平的事情是，如果我发生任何不测，他们必须负担起每月的房租和公共施舍费用。直觉告诉我，如果真有什么事情发生，他们也会主动肩负起责任。

多年来，我一直看着这两个年轻人不断进步，看着他们慢慢成为武艺高强、潜心修炼的武士。我仍然记得，尼尔森第一次来道场时的样子——他个子很高，却十分消瘦，从未参加过任何体育或竞技比赛。毋庸置疑，最开始尼尔森的武艺技能和协调能力基本为零，但他却有着“要做到最好”的坚强斗志，也正是这种斗志最终使他有了今天的成就。

随着身体协调性逐渐增强，格斗技巧也日见熟练，尼尔森进入到了“不知道自己知道”的学习阶段，同时也展示出其他的能力。通过这种神秘的能力，他可以“读懂”学生脑子里的想法，比如有人有问题却不敢问时，他都会知道。如今，他不仅仅“知道”他们想提问，大多数情况下，在学生开口前他就已经“知道”他们要问的是什么了。在我看来，正是他努力要达到武艺的最高境界，才

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

让他可以将靠直觉看透别人心思的能力显现出来，从而让他和学生都能受益。

罗伯特的成长与尼尔森有些类似，但他的直觉更加具有战术效果。这么多年来，随着武士技能进入“不知道自己知道”阶段，罗伯特身上培养出了一种有意思的能力：当有人想进入道场，但才走到前门时，他就能感觉到。不仅如此，他还知道来访者是男是女，是好是坏。说到“坏”，我是说有很多怪人来到道场的目的，无非是为了下次在酒吧打架或者冲突的时候，能更有胜算。自然，我们不想与这种人打交道。因此有好几次，罗伯特都靠这种直觉性的洞察力，从一开始就看穿了这些“想强身健体”的谎言，帮助我们了解真相，并知道了让他们加入训练的风险。

信任与信仰

上面的故事以及其他内容所要传达的信息很简单，也很深刻。要想“信任你的武士技能和直觉”，首先必须了解信任的本质，并让这种信任自然演变成意识领域的信仰。此外，要在意识领域形成信任和信仰，必须耐心训练格斗（或交易）方法，直到它们深深地植入你的潜意识中，最后上升到“不知道自己知道”的层次——这也是唯一真正值得信赖的能力。

接下来要记住，直觉是很自然的，每个人都有过这种经历。但是，要想武士直觉发挥作用，还必须具备激情和技能。所以，你应该满怀激情，全心全意地把自己的专长发挥到极致。同时，对所有可能性抱着接受的心态，我敢保证信任、武士技能和直觉，你都会得到。这时，你也应该准备好了把武士想象力和宇宙共时性的巨大威力用于交易了——这也是我们接下来要学习和讨论的内容，一定会十分有趣。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

交易中的武士道

马可 · 吐温曾经说道：“世界上有 3 种类型的谎言，那就是谎话，弥天大谎，还有统计数字。”很多人会同意他对“人造数据”的藐视，但是，有时通过数据，我们可以知道心中到底是信仰还是恐惧。佛罗里达州劳德代尔堡市的L · S先生在几年前就发现了这一点。

当L · S先生最初联系我时，他想就“信心问题”向我进行一个简短的强化咨询。当时，我不确定是否有任何临床经验或者武士道精神能够帮助到他。原因很简单，L · S看起来没有任何做得不对的地方。他在纸上模拟交易已经持续了一年以上，对自己优缺点还有交易系统的好坏似乎也了如指掌。简单地说，在我看来，L · S已经做得足够认真、仔细了，而且从模拟交易期间他的交易记录来看，没有理由会在真实的交易情况下怀疑自己的潜能，也没有理由怀疑交易系统的绩效表现。

我向L · S先生坦白，我个人感觉他来道场咨询纯属浪费时间和金钱，对此，他表示坚决反对。按常理来说，此事到此应该告一段落，因为我不想拿了钱却帮不了忙，产生不了任何效果。但他反驳时说的话，却令我深有感触，也让我改变了看法。他说，他在潜意识中有一种直觉，认为我们的见面是很值得的。由于我本人对直觉深信不疑，所以最后勉强同意了见面。最终，结果证明他是对的。

我们见面的那天，雷雨交加。事实上，为了躲避恶劣的天气，他乘坐的飞机两次改变了航向，他也因此晚到了两个小时。最后他终于到了，看起来皮肤苍白，满脸倦容。在开车去道场的路上，L · S先生解释说他虽然经常乘飞机出差，但却很不喜欢坐飞机。想到这次他为了见我特意坐飞机过来，期间肯定经历了很多不安，于是我问他是如何应付的。他的回答有些奇怪：“嗯，基本上，每次都是统计数字帮了我的忙。”听到这个回答，我自然很好奇，于是便要求他说出理由。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

他说："你看，我属于那种一切皆在掌控之中的人。可是，每当坐飞机时，就得把自己的信任——我想是我的命运——交给完全不认识的人和机器。所以，在我刚开始频繁出差的时候，总是感觉不安，于是我决定要尽我所能地了解飞机安全性的统计数据。我从统计数据中发现，乘飞机甚至比在家附近散步还要安全。虽然如此，每次坐飞机我还是很紧张，但这没有让我望而却步。每次飞机起飞前，我都会记诵飞机安全飞行的数据。就这样，我每次都渡过了难关。"

听到这里，我认为已经找到了解决L·S交易难题的可行方法。在我看来，他描述乘飞机时如何忧虑以及如何克服的同时，也像是在描述他对交易系统能力发挥的忧虑。我相信，既然在心里忧虑时，还能利用统计数据证明飞行的安全性，同样也可以利用模拟交易期间积累的成功交易数据，来证明实战交易也会成功，即便对此会心存疑虑和不安。

接下来的几个小时，我给他讲解武士道精神的基本概念，还有交易中的武士道（我特别强调了武士信任和直觉之道的训练），然后，我把利用"统计数字增强信心"的想法告诉他。令我高兴的是，他听了以后，立刻明白了我的意思。我还没来得及细说，他就说出了我的观点和他克服飞机忧虑之间的相似之处，这令我尤为开心。

L·S先生回家几周后给我打电话，他告诉我说这个方法十分管用，他终于可以在实战中成功地进行交易了。在我们的这次交谈快结束时，他还借机对我进行了一番说教，病人当起了医生。他说："你看，我凭直觉飞过来跟你见面是对的吧？如果我没有来，就不会在乘飞机时遇到坏天气，你就不会知道我对乘飞机的恐惧，更不会知道我用统计数据克服恐惧的方法了，我们也不会想到把我对数据的信任用到实战交易当中去。所以你看，有时你得有点信心——因为船到桥头自然直嘛！"

我想，毕竟他和古老的武士信任和直觉之道是对的。我也学到了一些知识。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十章

武士想象之道

武道传奇

6位忍术修行者徒步攀登了约15个小时。他们只有在喝水和进食时才会停下，且只停留片刻就又要启程。他们此次朝圣主要在夜间赶路，赖以探路的光线仅来自一个灯笼，以及云中偶尔洒下的月光。即将满月，月亮时而从云中探出脸来，时而又钻入云中。好在黎明初降，天空微露紫色曙光，为朝圣心切的学员们照亮了前方险峻的上山之路，使他们能够加快脚步，继续攀登。他们打算赶在上午10点前抵达目的地，以便在夜幕降临以前，与隐居山林的神秘主人共度更多时光。

就在前一天，初见良昭大师收到了一封由专人亲手递送的神秘邀请函。他立即将信转交给6位新执教的户隐流忍术教练，让他们相互传阅。邀请函是用日本古代文字的草体写成。因此，教练们一眼就能看出，寄信者必定深受传统武士道精神的熏陶。信函上简明扼要地写着："明日请来此。" 文字竖直排列，下方盖有一枚私人印章，显示的名字是"松山斋藤"。此人乃修行神奇意念之术的元老，也是隐遁山林的神秘武师。

日本武士的历史传说中，有无数描绘神秘派武士和巫师武士的传奇故事。他们常生活在偏远山区，具有神奇的意念能力，能超越物质世界的束缚。据说，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这些人通常是隐居的武士，他们或多或少都经历了内心的高度升华和灵魂的深层启迪，最终选择在隐遁、冥想和祷告中安度余生。而命中有幸与这些隐居武士相逢的人，也常能见识到他们超越物体、自然及事件的惊人的内心力量和意念能力。

松山斋藤大师便是这样一位现代神秘派武士。他晚年居住在千叶县北部的深山里，过着简单的隐居生活。盛传他运用意念之道的功力相当深厚，而他又很少接见来客，更别说6个外人了。正因为如此，教练们立刻意识到，自己获得了多么至高无上的荣耀和机会，这种事极不寻常。然而，松山斋藤大师住在数公里之外，山路险峻，无法以车马代步。因此，要想抓住这个机会，就必须立即启程，连夜赶路，才能如信函所说，于“明日”到达松山斋藤大师所在处所。

天亮后，疲惫的赶路者们继续攀登了数个小时。在穿过一排树丛后，他们看到了一座简朴的屋子。教练们清楚地看到，松山斋藤大师正在菜园里劳作，面容安详。大师抬起头，示意他们走过来与他一起坐在长势不错的植物旁。他们相互作了自我介绍，便进入正题。一开始，大师好像只是随便聊起他们一路的艰辛，语气轻松愉快。大师说，修行者“不远万里”“赶到这个重要的目的地”，这一点令他十分高兴。但是聊了几句之后，教练们发现，大师明显在谈论他们如何几年如一日地练习武术之道，又是如何通过初见良昭大师的黑带武术五段测试的。随着谈话的进行，真相进一步明朗了。原来，松山斋藤大师虽然距离他们数公里之遥，却在两天之前就能“感知”到他们成功地通过了测试，于是决定派信差给他们送去这封装有邀请函的急件。既然他们能通过“身后来剑的考验”，就证明他们多多少少具备一些武士的内在洞察力。因此，松山斋藤大师觉得，是时候让他们见识一下更高境界的武士本领了。

松山斋藤大师大约花了一个小时的时间，与教练们谈论心灵的力量，谈论自然界万事万物的内在联系，也谈论了意念之道。在这几位访客听来，大师的故事、评论以及讲解都充满了趣味，也很有说服力。但大师仍觉得仅靠话语是不够的，必须用实际演示印证自己的说法。只有这样，听者才能将此真理铭记于心，永不忘却。而现在，也是时候进行演示了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

松山斋藤大师用手指向山坡下 91 米的地方，那儿有一只狗正躺在坡上睡觉。接着，大师解释道，他可以借用想象的力量进入那只狗的睡梦，并且在梦里化身为另一只狗，从后方袭击它。说完，大师就闭上双眼，面容浮现平静安详之色，并示意大家转头留意那只熟睡的狗。忽然间，那只狗狂吠不止，上蹿下跳，看上去像是受到了惊吓，而这起初并无一丝征兆，也完全看不出是什么原因。那只狗镇定下来后，开始四处观望，神情诧异且小心翼翼，过了一会儿，它走到附近的一棵树旁，重新躺了下来。

整个演示过程确实很令人着迷，但是那只狗的反应实在滑稽。所以看完这场演示后，每个人的脸上都浮现出一丝笑意。对于这种反应，松山斋藤大师并不满意。于是，他又示意大家注意看天上的一朵云。那朵云又小又蓬松，独自漂浮于北方的天空。然后，大师说，他将再次借助想象的力量，“让意念化身为一团热气，飞入云中，使它受热后破散开来，然后迅速蒸发得无影无踪”。几位教练转而注视着远方那朵云，不约而同地眯起眼来，不仅因为阳光刺眼，也因为他们已不由自主地心生怀疑。分秒之间，云中央就出现了一个窟窿，而且越变越大，最后，整朵云破散为四片小云朵。正如大师所预期的那样，四片小云朵在不到一分钟的时间内，各自消散，无影无踪。6 位在旁观看的教练们心生敬畏，惊讶不已，下意识地发出由衷感叹。这一次，看着他们的反应，松山斋藤大师终于心满意足。他知道，是时候引领这几位访客跨出重要的一步，开始体验武士想象之道的巨大力量和惊人潜力了。

教练们应大师的邀请，来到他的住所，看到整个屋子只有一个房间。一进门，他们就被眼前的景象惊呆了：整个屋子陈列着 40 多只手工蝴蝶，场景美轮美奂。这些蝴蝶堪称巧夺天工，它们全部都由天然材料制成，大都是各色精美的羽毛，肉眼可见的各种颜色，都能在这些羽毛上找到。在 6 位访客看来，这是自然界最为精美、最无忧无虑的生物，而大师显然对它们情有独钟且心怀敬意。关于这些搜集品，最不寻常之处就是它们的陈列方式。几乎所有的蝴蝶都被拴在透明细绳上，高低不一地悬挂于屋内，只有 6 只蝴蝶被随意地摊放于房间一侧的一张小桌子上。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这几位访客按照松山斋藤大师的指示，每人从桌上拿了一只蝴蝶。然后，他们在地上站成一个圈，各自背对着阵型的中心点，盘腿坐于地上。屋里的空气很快就凝固了，悬挂着的蝴蝶也都纹丝不动，最后的展示即将上演。松山斋藤大师再次开口，说道："万事万物相互连结。指引和创造一切事物的力量，都来自于思想——你的思想，我的思想，整个宇宙的思想。现在你们手中所握的蝴蝶和屋中悬挂的蝴蝶一样，乍一看好像'毫无生气'，但事实上，它们的生命力并不逊于你和我。只要用适当的思想引导它们，它们也能如你我一样'生机勃勃'。这个事实即将在你们眼前真实上演，请注意看。"

说完，松山斋藤大师又合上眼，再次面露宁静安详之色。6位教练则睁眼坐着，一动不动，虽然心生好奇，却完全不知道即将发生什么。他们按照大师的指示，依然坐着，手掌平摊，掌中放着手工蝴蝶。

一段时间过去了，屋里什么也没发生，四周一片寂静，大家也都静静地等待着。但是没过多久，有东西开始在这一片寂静中孕育而生——这是一种莫名的"感觉"，充满了能量或生命力。几位访客按照指示，依然纹丝不动，但他们的眼珠都开始兴奋地四处转动，不放过身边可能随时出现的任何情况。

突然，屋里悬挂着的所有蝴蝶一齐"活过来"了！原先将它们悬挂在半空中的绳子，现在似乎化为束缚它们的缰绳，以免它们飞走。于是，这些蝴蝶只能在空中迅速地翻腾着，飞转着，充满活力地跳着舞。两分钟过后，6位宾客手中的蝴蝶也活了过来，并与其他蝴蝶一起，随着"共同的旋律"翩翩起舞，仿佛是要清除宾客们的最后一点儿怀疑。突然，这一奇观戛然而止，其结束之突然是大家始料未及的。这些精美的小生物全都恢复到最初状态，看上去毫无生气，寂静的氛围又一次笼罩着整个屋子。但是，亲身经历和目睹了刚才的情景后，几位教练的大脑飞速运转，没办法像周围环境这般"宁静"。

然后，大师缓缓地睁开双眼，微笑地看着大家，说道："想象是宇宙的创造之眼，也是引领万物的力量。无论你在想象什么，都能激发出创造力和生命力，并总能在某种程度上使相应的情景同时出现！同样的，对于任何事情，如果你自己都无法想象，那它绝不会发生。因此，真正的武士明白，生命中出现的事

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

物和事情，都仅仅取决于他自己的思想，胜败输赢也是如此。"

松山斋藤大师最后总结道："接受这一真理，用今天的经历印证它。今后，你们要以创造性的态度应对事物，开启追求更高层次的武士道精神的新时代。现在，继续你们的武士真道探寻之旅吧。你们也该向我道别了。"大师这句简单的结束语一说完，就表示相互间已无须多言了。教练们个个心领神会，于是动身启程，悄悄地从前门踱出，离开了大师的蝴蝶"圣殿"。几分钟后，他们就沿着山路开始下山，此路通往初见良昭宗师的武神馆道场。对于意念之术，他们每个人的心中都有了全新的认知和领悟，并视之为"有关意图之力的神秘教义"。另外，他们也知道，在回来的漫漫长路上，相互间会有聊不完的话。

想象：在心中构建一幅胜利的画面

这一点是"武士行动方案"第 4 个要诀。这条要诀的含义直白且单一，不像其他要诀那么复杂。一旦能运用它，你就会拥有惊人的力量。不过，这种力量也很容易被忽视，你会以为它的存在是理所应当的。事实上，毫无疑问，想象的力量是十分惊人的——它既能赋予惊人的创造力，使你受益无穷，也能显示出惊人的毁灭性，令你心衰力竭。所幸的是，它究竟会如何影响你的生活，这完全取决于你自己。因此，你有必要深入了解一下内心的这种神奇功能，这将对你颇有助益。当你把武士道精神运用于交易方面时，会发现它的巨大价值。而你即将体验的这段心路历程，也将带给你巨大的好处。真希望我们能面对面地授课，因为这样的话，我就能在学习过程中指引你，让你少走许多弯路。然而现在，我们只好将就一下，以这种"函授"关系进行教学了。

当你把武士道精神运用于交易方面时，会发现它的巨大价值。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

俗话说，一图抵千言。因此，我虽有犹豫，但仍决定为你讲述松山斋藤大师的这个故事，即使它会让你觉得有些不可思议。希望能以此激发你们的想象力，使你们在听到这些离奇事件时，头脑中会构建出清晰的图景。不过，即使效果如我所愿，我在前一句中特别强调“犹豫”和“不可思议”这样的字眼，还是事出有因的。凭我的亲身经历，可以向你保证，故事中的事件全部属实。即便如此，我还是知道，对于未开悟的人来说，他们连想都不敢想象这些离奇事件是否真实存在。

讲这个故事时，我之所以犹豫不定，只是担心这样做会耽误你们追寻武士真道，尤其不希望这个“不可思议”的故事成为你们前路的绊脚石。如上所说，如果一图真能抵千言，那么，亲眼见到别人展示武士想象之道的神奇力量（在静修课程中，我会给学员做这种演示）必能抵过任何言语。然而现在，我们也只能依靠言语传递信息，依靠大脑构想图景，也希望你能敞开心扉，带着冒险精神，开始学习新的内容。

武士想象力与三个物质层面

现在，让我们开始学习如何开发“心灵之眼”的潜能。首先，我有必要再次运用 3 个物质层面的观点。在武士看来，自然界的一切过程和万事万物都分为 3 个层面，这就意味着你的大脑能够在 3 个层面展开想象：第一层，简单物理层面的想象；第二层，超物理层面的想象；第三层，形而上层面的想象。虽然，我们都曾在不经意间体验过这 3 种层面的想象，但我的目标是，帮助你们培养一种能力，能够按照自己的意愿运用各个层面的想象力，并从中获益。每当提起世上功成名就的人物，我们常常会称他们为“真正有眼光的人”，这么称呼毕竟有它的道理。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

简单物理层面的想象

每天都会有各种日常的想法和常见的形象在我们的头脑中穿梭，这就是所谓的简单物理层面的想象。它主要由一些“视觉杂感”构成。正因为如此，除武士外的绝大多数人（包括许多心理学家）都会认为，这种简单物理层面的想象是相对无害的（由此估计它的力量也很微弱）。然而，我的经验告诉我，头脑中的形象虽然简单，但并非都是无害的，其力量也不全是微弱的。

> **要知道，人脑的潜意识分不清哪一个是事实，哪一个是幻想。**

要知道，人脑的潜意识分不清哪一个是事实，哪一个是幻想。记住这一点很有必要。当你想着某个念头或某个形象时，如果时间足够长或加入了足够多的细节，那么，你的潜意识自然就会信以为真。我们以实验为例。请试着想象，自己正坐在一张桌子前，桌上放着一个柠檬，鲜黄又漂亮，整个画面栩栩如生。现在，想象自己缓缓地将柠檬切成两部分，酸酸的柠檬汁从切口淌出，滴落指间，闻一闻，体会一下那是什么感觉。然后，想象自己拾起半个柠檬，凑到鼻子和嘴巴旁边，深吸一口气……尽情品味它的芳香。现在，想象自己朝着这个湿嗒嗒的、淌着汁的柠檬，一口咬下去，满嘴的柠檬汁，酸劲十足。

这个实验到此结束。

如果你的大脑运作情况跟我差不多，那你应该能感觉到舌头侧面已经开始感受到刺激，唾液腺也开始分泌唾液了。然而，按照常理推断，这种反应不仅显得很傻，似乎也不可能发生。但不管怎么说，这种反应确实还是有可能发生的，即使这个柠檬本身纯属虚构。你的潜意识是想象力的奴隶，无论看到什么，它都会信以为真，别无他选！然而，我说这些并不是为了让你们想象着柠檬流口水（尽管后文中讲到表层想象时，我还会回到这一话题）。对于武士来说，简单

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

物理层面的想象最重要的作用在于，它决定了你如何感受世界。换言之，它决定了你的心情和态度。

我们都碰见过这样的人，他们的心情总是很好，你可能会说他们比较乐观。另外，你可能也见过另一种人，他们的心情总是乌云密布，仿佛骤雨将至，而且天天如此。那么，到底是什么因素导致人们在心情和行为方面有所差异呢？尤其是当人们在相同的环境下做着相同的工作时，这方面的差异又是从何而来？答案是，人们都习惯于用某一种思维模式进行想象，有消极的，也有积极的。出于种种原因，有些人可能习惯于从消极的、悲观的角度思考问题，且深受其害。而相同情况下，另一些人则总是从积极的、乐观的角度思考问题，即使他们的想法未必符合当前的形势，他们仍会那样想。

人们都习惯于用某一种思维模式进行想象，有消极的，也有积极的。

毫无疑问，悲观的思维习惯使人产生消极的预期，而乐观的思维习惯则会给人带来积极的期盼。武士极真之道（即宇宙的定律，我会在第十四章中详细探讨这个话题）有一条教义最为直白，也是永恒不变的，那就是：“你预期什么，就会得到什么”。在此，我要提醒你，这个问题涉及到“习惯”。若想改变，并非易事。

练习简单物理层面的想象。你会如何运用简单物理层面的想象，这个问题与其说取决于你自己的意愿，倒不如说取决于你的习惯。听到这个说法，你可能会觉得奇怪，但事实的确如此。如果有人说，他们做某事是出于“习惯”，这通常只是托辞，他们只是不想为自己的行为后果负责罢了。如果有某一件事伤害了你，而且对你追求个人目标也毫无益处，那就没有理由不采取行动，改变现状。幸好，坏习惯是可以克服的，而好习惯也是可以培养的。那么，就让我们从今天开始，练习简单物理层面的想象，期待在不久的将来，它会转化为习惯性的思维方式，到那时，乐观的心态和积极的期待也将内化，成为你的第二天性。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

超物理层面的想象

当你头脑中的想法或形象激发了直接创造力，我们就称之为超物理层面的想象。在此，“直接”一词包含了两种可能性，这个创造力的产物要么就是在体内孕育成形的，要么就是由身体直接导致的。待我举几个既简单又有趣的例子，你们可能就明白了。

许多年以前，我曾一度饱受周期性偏头痛的折磨。得了这种病是很难受的，如果你也得过，一定明白这种感受。一旦偏头痛发作起来，你完全无计可施，只能整天卧床不起，设法在睡梦中度过这段痛苦的时间。某次，我参加了一个剑道（全接触式）研讨会，会议为期三天，第二天是由一位德高望重的剑道教练进行报告演说。然而，我又犯了头痛病，错过了那场演说。

仿佛是命中注定有此好运，那位教练正巧也是一位专业理疗师。第三天，他得知我前日缺席的原因，就主动提出要教授我在头痛发作时如何祛除病痛。然后，他解释说偏头疼是由头部血管瞬间充血“膨胀”所致。他还说，血管刚开始膨胀时，会压迫脑部的视觉中枢，导致成像扭曲。这一症状，我在阵痛来临之前的 30 分钟左右常会感觉到。最后他还告诉我，理疗法的原理很简单，只是将血液从大脑排出，然后输送到手部和脚部。他之后说的话确实把我搞糊涂了。

我问他：“把血液从身体的一个部位输送到另一个部位，这种事怎么可能做得到呢？”听了我的问题，他伸出双手，手掌朝下，说道：“就像这样……注意看。”我低头看去，只见他的一只手瞬间转为暗红色，而另一只手则变得煞白。我摸了摸他的手，暗红的那只相当暖和，而惨白的那只则又冷又湿。他睁开眼看着我，带着日本人特有的一种眼神，意思是“这下你该明白了吧”。

虽然我看得相当入迷，可我还是不知道，他到底期望我领悟些什么。于是，他又说：“再看一遍……注意看我的前额和双手！”这一次，他的前额明显变得

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

煞白，而双手都转为暗红色。当他再次睁开眼睛时，我决定该坦白自己的愚钝了。于是，我问道："大师，你是怎么做到的？"他的回答如同他的剑道技巧，简洁明了、易学易用："你只要想象一下，双手和双脚都泡在你所接触过的最烫的热水中，同时，有人将冰毛巾敷在你的额头上。"此后，我开始运用这种超物理层面的想象应对偏头痛，就算实际上并没有热水或冷毛巾，我也能通过脑中构想的形象，直接产生身体变化和生理反应。自此以后，偏头痛基本不再困扰我了。

这是我个人成功地战胜偏头痛的例子，还有许多例子可以从反面证明，这一层面的想象力有着巨大的作用，而这样的例子存在于每一个医疗诊所和每一个医院里。几乎所有医生都能给你举出一大堆类似的例子：有的病人从表面上诊断"显然"是病了（根据他们自称的症状判断），但事实上却没有。各行各业都会有人找医生看病，声称有这样或那样的病痛，觉得自己应该是得病了。然而，当医生给他们进行初步体检时，却查不出任何问题，于是就告诉他们"你一切正常，什么问题都没有"。有的人一听到这个回答，就开始滔滔不绝，企图证明这位"愚蠢"的医生诊断错误。

简单物理层面的悲观心态（或许是乐观心态走入误区后的结果）和超物质层面的身体表征都具有强大的力量。若把这两种力量结合起来，并且日积月累，人们通常会产生身体上的病痛。他们会十分确信自己是得病了，有时甚至会死于这些病痛。换言之，他们都成了臆想症患者，还在自己的墓碑上写着："看见了没有，我都说了，我确实是生病了。"

以上这些事例蕴含着一些共同的原则。现在，各种各样的自我帮助和自我控制训练项目，都会向学员传授这些原则。原生反馈诊疗、自我催眠录音带和压力控制研讨会等项目也不例外。如果你想亲自尝试超物理层面的想象，检验其有效性，那你可以尝试下面这个练习，我在静修课程里也经常让学员做这个练习。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

超物理层面的想象练习。在椅子上坐下，找两块大小相同的冰块，两手各握一块，举至身前，手心朝下。同时，想象你的左手正在发烫，并且温度不断上升。你只要“回忆”一下，把手浸入滚烫的热水中会是什么感觉，那样会更容易进行上述想象。任何类型、任何方法的想象，只要适用于你，都是可以采纳的，但有一点不变：你必须全神贯注于自己“发烫”的双手。

这个练习的目标，是要让右手的冰块比左手的冰块融化得更快一些。这个任务虽然简单，却很能说明问题。如果你做不到，可以试着交换左右手的任务，让右手“发热”。一般来说，无论你选择让哪只手“发热”，都是能完成任务的。我希望这个结果能影响到你的观念。

较为传统的专家往往把这种想法和“技能”，看作新兴的身心医学领域中的一个突破性技术。然而，我们可以将它视为数百年来，武士进行超物理层面的想象时所采用的原则。至于别人怎么称呼它，我们无须在意。

另外，你还要记得，要想通过自己的双手和身体直接获得某个东西，你可以运用超物理层面的想象，在脑中勾勒出它的形象。比如，有个木匠想做个柜子，他会先在头脑中构思一下自己要做什么样的柜子，然后才会拿起工具，着手制作。又比如，有个艺术家要进行艺术创作，他会先在头脑中想象自己要画一幅什么样的画，或雕刻出一个什么样的作品，胸有成竹之后，他才会拿起画笔或凿子，开始创作。再比如，有个建筑设计师要设计一个项目，他会先在头脑中想象一下项目竣工后的样子，然后才开始描绘蓝图。又或者，有个体操运动员在参加奥运会比赛时，她会先在头脑中将整套基本动作完美地表演一遍，然后才真正上场比赛。如果有一个交易员想要将武士道精神运用于交易活动，他也可以运用超物理层面的想象。在交易日的早晨，交易还未正式开始之前，这位交易员会先进行冥想。他清晰地想象出自己在观察市场动态时是何等的全神贯注、直觉敏锐，然后又想象当时机到来时，自己如何迅速而自信地拿起电话，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

下达买入和卖出的指令。

这些例子中，主人公都进行了超物理层面的想象，并在它的指引下，发挥出各自的行动力，使想象中的形象直接转变为实际成果，并在物理世界中展现出来。如果你能在简单物理层面保持乐观的心态，并在超物理层面发挥出创造性的想象力，加之以形而上层面的共时性（我接下来就会讲到这一点），你的武士想象法就能真正地发挥力量，这也就是武士们所说的“意念之术”。

共时性的力量。武士意念之术是一种神秘的教义，它能使意念发挥出强大的力量，主要利用了一切事件间相互联系的特点。正是这种联系，使得不同的事件有可能同时发生。诚然，这种想法涉及的内容实在过于庞杂，大多数人都会觉得难以理解。然而，不管怎么说，这绝不意味着这种想法是错误的。它只表示，我们的洞察能力是有限的，因此，关于所有事件是如何相互联系的，我们还无法理解。另外，我在上一章讨论直觉问题时曾讲过，大多数人对“真相”的理解，也都局限于宽度、高度和深度这三个维度，因此自然会习惯于用怀疑的眼光看问题。然而，在我们所熟悉的观念中，也有一部分是人们普遍能接受的，我们可以在此框架内探讨上述观点。

设想一下，在 1940 年，一群科学家在实验室中偶然发现一台来自现代的个人电脑，那会是怎样的场景呢？再进一步假设，这个电脑由一位现代科学家穿越时空传送到那个年代，随之一起传送来的还有一份完整的操作指南和他写的信。他在信里描述了这台电脑的功能，其中提到使用者能通过点击一个叫“触屏窗口”的东西，对其进行操作。这一切令阅读者们感到费解（可能也觉得难以置信）。于是，他们把插头插到墙上的插座里，然后打开电源，试着让这台机器运作起来。他们按照那份纸质的操作指南，以及系统自带的使用教程，逐步对电脑进行操作，只见那玩意儿真的依照设计运行起来了。

不过，这并不代表他们已经理解了这台机器的运作原理。就算他们都是爱

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

因斯坦，也不可能知道所有的这些技术为什么能同时发挥作用。事实上，以当时的科技认知水平来看，当相互联系的能量在他们眼前展现出“不可思议”的功能时，他们唯一能做的就是让这些效果为他们所用。

还有另一种可能性。他们无法理解微处理器的具体工作原理，也不明白为什么触碰电容屏能激活视窗，此外还有许多其他技术是他们所无法理解的。我猜由于理解上的种种障碍，他们可能最终会选择将电脑锁到衣柜里，直接否认曾经出现过那么一个东西，同时也否认它那令人眼花缭乱的强大功能，并且试图忘记自己曾亲眼见过这种“更高效”的办事方法。这样，他们就能回到以往的工作中去，研究如何延长摩托罗拉（Motorola）收音机的真空管寿命，使它的平均使用期限从两周延长至更久。

我猜你可能会说，整个宇宙就是一个无所不能的大型电脑，内嵌无数相互作用的软件。你可能还会进一步（或者跨越式地）展开这个类比，说人脑中的想法和形象来自于人类与自然界中的意识，正是它们刺激着这些软件开始运行，并在整个过程中发挥引导作用。

要想让宇宙这个大型电脑正常运行，不需要任何软硬件专家。实际上，它已经在自动运行了，无须借助外力作用。宇宙这个大型电脑和我们每个人的生活都息息相关，它的系统从不崩溃，从不发生故障，也不会陷入无限循环的错误中，这一点就很好。任何事情之所以会发生，都是因为有人在系统中输入了相应的指令——那个人可能是你自己，也可能是其他人。要想在形而上层面奉行武士想象之道，你只需要先认识到一点：自己对生命中发生的事件具有不可推卸的责任。承认这一点之后，你就要有意识、有目的地控制宇宙这个电脑中的软件，编写属于自己命运的程序。

自己对生命中发生的事件具有不可推卸的责任。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

形而上层面的想象

我们未能面对面地授课，因此，我无法亲自为你演示形而上层面的想象法。不过，或许我可以指导你和同伴做一些简单的实验，并通过这种方法或多或少地体会到这种想象法的强大力量，并对此深信不疑。但是，当我给你描述试验方法时，你一定要记住，多个事件同步发生并非个案，相关例子其实随处可见，而且每天都在你的身边上演。比如，某一天你想起了某个人，她在当天晚些时候，恰好给你打来电话。又比如，某一天你和别人谈到自己最喜欢的电影，当晚你就会发现，电视上恰好在播放同一个电影。再比如，你家院子里的杜鹃花从最近看起来不那么茂盛，你很想知道该怎么办，两天后，在电视节目的广告时间，你正在浏览其他频道的节目，偶然间发现一个园艺类脱口秀节目。想必你已经猜到了，这个节目恰好在讨论如何照料生病中的杜鹃花。

整个房子、整幢楼、整个国家，甚至整个地球，每时每刻都在上演这类“巧合”。有时，甚至在地球以外都有这类“巧合”的踪迹。一旦你认识到，你的思想、判断以及需求之间都是相互关联的，并且认识到正是这种普遍关联性使得事件能同时发生，那么，你的自信心以及你的认知观念，都会更上一层楼，也会更加坚定。不过，你的最终目标肯定是让事件按照你的意愿同时发生。要想做到这一点，你可以先试试下面这个“共时性练习”，这个练习要求你在形而上层面发挥想象力。

形而上层面的想象练习。这个练习，我称为“词语/事件寻关联”，它不仅有趣，而且很容易。练习开始后不到两分钟，共时的力量就会被激发出来，到时候，你就会看到事件同步发生。为了增加结果的可信度，你最好能找个同伴，一起来完成这个练习。方法如下：首先，你要从头脑中随机挑选一个词语，最好选个名词。至于这个词语有什么特点，是否特殊，我不作任何规定或限制。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有一个例子是我最喜欢的，就发生在我的静修课程中。当时，有一位学员选择了“香蕉”作为“核心词”，但他转念一想，又决定要为难一下宇宙这个大型电脑，于是在前面加了一个词，变成“奇基塔牌香蕉”。

选好核心词后，闭上双眼，开始想象与这个词语有关的各种东西，越多越好。在上述静修课程的例子里，我们想到了奇基塔牌香蕉的形状、颜色以及整体外观，就连香蕉上的标签都考虑到了。我们还想象到了它的气味、味道，以及将其握于手中是什么感觉。另外，我们还大声地拼读这个词语，并在脑中重新拼写了一遍。

一旦完成了上述围绕核心词展开想象的练习，你就可以开始“释放”这个词语了。也就是说，你只是把自己对这个词语的支配权转交给它本身，仅此而已。这时候，你心中不能有任何特别的期许，只要试着与这个词语保持“相互关联”，并试图“联系”可能围绕它发展起来的或与它同时发生的事件。你必须真正地“放弃”对这个词语的支配权，不去想它，也不去关注它，这一点至关重要。这样的话，当不同事件同时上演时，它就会突然与你不期而遇。就这么简单。

出人意料的实验结果

在上例中的那一期静修课程结束之前，学员们多次见证了事件同时发生的情况，前后加起来，总共有 3 次情况是比较明显的。一天夜里，我们刚完成围绕核心词联想然后释放词语的练习，出门后途经一家杂货店，就想进去买点新鲜蔬菜，因为第二天演示需要用到。刚要进门，一辆装载着大量货物的平板手推车脱离了车主的手，朝我们驶来，我们急忙躲开。手推车与我们擦身而过，差点轧到我们的脚。就在这时，一个学员突然惊叫：“看呐，车上装着一箱箱奇基塔牌香蕉。”我定睛一看，还真是奇基塔牌香蕉。意外过去后，大家哈哈大笑

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

（心中的假想也得到了印证），大家都以为这件事情就这么结束了。但事实并非如此。

我的妻子琳蒂在一个零售店担任经理，她是个争强好胜的零售商。同一天早上，琳蒂也来到了我的课堂，参与围绕核心词的想象练习。到了下午，她就去零售店上班了。当天晚上，她干劲十足地工作着，想要赢得一个销售能力的竞赛。比赛方式是邀请本区域内的顾客申请办理信用卡，邀请到人数最多的员工获胜。

就在晚上将近9点钟，也就是比赛即将结束之时，琳蒂与另一位孟菲斯地区的经理打成了平手。她只需再找人申请办理一张信用卡，就能夺得冠军。于是，她找到当时店里的最后一位（也是唯一一位）顾客，邀请她办理一张信用卡，并告诉她，此举能帮助自己赢得比赛。然而，似乎那位客户不愿意申请，这让琳蒂也感到疑惑。

眼看胜利就在眼前，琳蒂不肯就此放弃，于是问那位顾客为何拒绝申请。那位女士吞吞吐吐地说出了自己的原因，听完后，琳蒂惊奇而会心地笑了。原来，这位客户住在“奇基塔巷”，因此，每次填写申请表格时，她都会遭人嘲笑，被人称为“奇基塔香蕉小姐”。当这个滑稽的谜底揭晓后，那位客户走上前来，申请了一张信用卡。就这样，琳蒂赢得了比赛。其实那天晚上，琳蒂和学员们再次碰面了。当时她激动万分，恨不得马上把这个故事说给大家听。

第二天，我们动身前往另一个州，要到附近的一个瀑布下进行禅坐冥想练习。一路上，大伙儿聊着天，重温那两件关于奇基塔牌香蕉的离奇事件。当我们的车从一辆巨大牵引式拖车旁驶过时，那个拖车司机似乎完全看不到我们，猛一个急转弯驶入我们的车道。情急下，我急踩刹车，让汽车减速。一瞬间，车内的谈话戛然而止，大家都四处张望着，想知道出了什么事情。

坐在副驾驶座上的哥们儿，刚才还转过头和后面的人说话，现在也把头转

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

过来。突然，他大叫道："该死！你们看到了吗？"一开始，我和其他人都以为他是在谴责那个拖车司机太鲁莽。但是，当我们循着他的手指的方向看去时，立即明白了他惊叫的原因。只见那个拖车的侧面张贴着一张巨幅海报，上面画着一串香蕉。原来，刚才这辆差点把我们挤下公路的卡车，是专门用来运送奇基塔牌香蕉的。

我引用以上几个关于共时性的真实故事，旨在告诉你们一个道理：词语和时间之间有着千丝万缕的联系，其表现也是多种多样的。你在自行练习时，一定要对一切可能发生的状况抱以开放的态度，不要限定自己在某段时间内见效，以免失望。如果你想缩减实验参数，以便尽快见效，那你可以先选定一个核心词，围绕它展开联想，再"释放"它，然后立即拿起一张日报开始阅读。找一下，这一期报纸上的文章、广告或者其他内容，是否和核心词有所关联。你会惊奇地发现，出现这种"匹配"的概率非常高。即使你缩小观察范围，只关注当天的新闻，也能找到大量的相关例子。

事实上，要想练习形而上层面的想象力，方法多种多样，也各有千秋。我之所以给你讲述上面这个练习方法，是为了让你在学习的过程中不走弯路，并使你进一步确信，一切事件都具有同时发生的潜质，而这种潜质蕴含着巨大的力量。然而，本章的主要目的是帮你尽可能清楚地理解一个问题："在心中想象一幅胜利的画面"对于武士来说，为什么会如此重要？

一切事件都具有同时发生的潜质，而这种潜质蕴含着巨大的力量。

正如松山斋藤大师在本章开篇中所说："想象是宇宙的创造之眼，也是引领万物的力量。"如果你能领悟这个真理，那我们距离"在交易中践行武士道精神"这一任务就更近了一步。在进行市场交易时，你必须在采取行动前先想清楚，自己到底想得到什么结果，一举一动都要这样做，无一例外。这样，就一定能提高你的行动成功率，同时也能帮助你有效地消除恐惧。正是这种恐惧让

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你在行动中止步不前，不少未受过武士道精神熏陶的交易员，都曾有过这种苦恼，而我们下一个章节要谈论的主题，正是这一条要诀。

交易中的武士道

在本章的开头，我讲述了一个离奇且真实的故事。这个故事对于我来说十分特别，因此，作为本章的结尾，或许我也应该讲一个同样离奇且特别的故事，关于一个交易员如何将武士想象之道运用于市场交易之中。在此，我称他为J·D先生，并决定不透露他住在哪个城市，以免他的同行看到后嘲笑他，或者跟他问长问短。

在这一部分，我之所以特别选择以J·D先生的故事为例，原因有二：一方面，他在培基证券代办交易期间，运用了在形而上层面的想象力，并且卓有成效；另一方面，我在本章中曾多次提到一个以"奇基塔牌香蕉"为核心词的静修练习项目，而J·D先生正是本项目的6名学员之一。事实上，可能正是那个特殊的共时性项目令他印象深刻，从而改变了他原本保守的心态，使他从此敞开心扉，接纳并相信共时性的力量。并且在回到家以后，决定运用共时性的力量，认真试行冥想式的想象方法。

J·D先生曾告诉我，他在工作中常要和大量客户打交道。对于他的职业来说，这一点相当重要。他还说，自己更乐意接听客户打来的电话，而不喜欢主动给客户打电话。为了让客户能定期地给他打电话，他决定运用课上学到的形而上层面的想象法做个实验，并幽默地称为"雇用宇宙互联网"。我个人觉得，这个名字还是相当贴切的。

每天早晨，太阳还未升起，天空中尚没有多少无线电波（J·D先生称之为"超感杂质"）的时候，他就开始练习禅坐冥想。在进入自省阶段时（见第八章

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

武士禅定冥想方案的第三个要诀），他就开始回忆某3位客户的容貌，并且试图在意识层面与他们"建立联系"，并希望过一会儿，他们也能想起他，然后决定在一两天的时间内给他打电话。这样，他的"共时联结"实验就大功告成了。

他告诉我，实验结果令他印象深刻，而且兴奋不已，他说这话也不排除有虚张声势的可能。据他所说，在上述冥想过后的一周以内，会有至少50%，也就是将近一半的客户，果真给他打来电话。他还告诉我，与这些客户相关的业务量增加了将近30%。究其原因，他认为，既然一开始就是他们主动给他打电话的，自然会更愿意把钱交由他管理。

不管你一开始会怎么看待J·D先生的方法，也不管武士想象力和共时性的力量是如何发挥作用的，有一点确定无疑：已经有一个交易员把这方法运用在交易工作中了，而且颇有成效。在我看来，既然他能做到，那你一定也能做到。起码，这还是值得一试的，不是吗？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十一章

武士恐惧控制之道

武道传奇

在吉良义央大人的藩属，江户幕府的幕僚们依次走进正本堂，场面庄严肃穆，气势宏大，他们将在这里见证仪式的举行。正本堂面积庞大，整个大厅由抛光的粗木梁柱支撑，除了前厅和中庭高出几厘米之外，其他地面一片平坦。天花板上悬吊着几盏大灯，均未点燃。高出的地方，覆盖着一层洁白无瑕的垫子，美丽无比。在平台的最前沿，一块深红色的毯子盖在垫子上，看起来不大却很厚实。

在平台四周，间隔摆放着长长的蜡烛，发出昏暗神秘的光，足够看清楚整个审判过程。8位证人各就其位，平台左右两边各4位证人。除此之外，并无其他人在场。

全场一片肃静，几分钟后，山田由吉良义央大人的3个幕僚押送着来到大厅。山田是浅野长规的47位义士之一，时年32岁，是一名体形壮硕的武士。他登上平台，步伐从容冷静，身着特意为剖腹自尽而准备的传统白色服装。除3名幕僚外，山田身旁还有一名介错，负责山田剖腹自尽后准确无误地砍下他的首级，而这名介错正是由山田本人挑选的。

介错站在山田左边，证人跪坐在平台两侧。这个行将就义之人向右侧的人

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

鞠躬行礼，接着转向右边，做出相同的动作。每次，被行礼之人都会遵照礼节，行回礼。山田正坐跪在深红色毯子的中央，面向漆黑一片的大厅，全无畏惧。介错在左边 1.5 米处，摆出居合腰立之势，下身跪坐，上身微曲。

负责押送的幕僚中，有一位走向前，手中拿着的一张小小的四脚木桌，就像佛教寺院用来供奉神灵所用的一样。木桌的握把用白色米纸包裹着，上面放着仪式用的短刀。短刀经过精心锻造，约 7 寸长，刀尖和刀锋锐利无比，透出一丝神秘气息。山田怀着毕恭毕敬的心情，从桌子上拿起短刀，身子微弓，把刀举到前额，然后将之放置于身前的毛毯上。刀尖对着双膝的空隙处，闪闪发光。

静默内省片刻，山田开始说话。他的脸上冷峻无情，语气斩钉截铁，并说道："我是已故先主浅野长规的忠诚武士，也是 47 名武士的首领，我负责策划了针对吉良义央大人的复仇计划，然后亲自砍下了大人的首级，放在主人坟墓前。现在，我将当着各位的面，第一个切腹自杀，来为我们的行动付出代价。我乞求在场各位见证。"

陈述完毕，山田又一次弯腰鞠躬。然后，他脱去上衣，把上衣围在腰上。根据传统，他必须裸露上身。为了防止身子向后倒，他又把宽大的袖子塞到膝盖以下——因为真正的武士，就算死也要向前倒。接着，他双手牢牢地握住短刀，从容不迫地把闪着光的刀尖对着自己的左腹。然后，低头看着短刀，举止中充满敬意。毕生的训练，就是为了这一刻。之前，这一幕的具体细节曾在他脑海中想象过无数次，目的就是在这一刻到来时，内心的力量和决心能让他自已的生命有一个体面的结束。

山田抬起双眼，再一次凝视大厅的黑暗之处。此刻，他深知接下来要做的事情，是多么重要，多么充满意义。虽然他的身、心、灵，均作好了切腹自杀的准备，但进入大厅以来，他第一次感受到了害怕——不，准确地说是恐惧。他的头脑中思绪万千，各种画面不停闪过：毕生的武士奉献、家人、浅野长规大人的面容——为了他，自己马上就将献出生命了。他还想到了死后的来世，以及对那个未知世界的各种疑问。来世是什么样子？还会认识自己吗？这些问题恐怕永远没有答案。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

突然，山田清醒过来，思绪也回到现在，他意识到无论是追忆过去，还是期待未来，对他都没有任何用处。要采取行动，唯有当下。唯有当下，才能为武士所掌控。这样想过之后，他再一次深呼吸，把身上所有能量，归集于双手和丹田。随着双手一紧，短刀直接滑入他的左腹，刀锋如此锐利，让他感受不到一丝疼痛。之后，他仍然手握刀柄，横刀将肠子切断，然后停在丹田右方 2.8 寸处。这时，他感觉到一股难以言状的剧痛。但在疼痛让他丧失意识前，山田刀锋一转，猛然往上一刀，直切向肋骨下方。顿时，他眼前一片漆黑。但这名英勇的武士仍然拔出象征着荣耀的短刀，上面布满了鲜血，然后他低下头，脑海中闪过最后一丝残念：一切正如他所想象的一样。

看到山田身体向前倒下，在旁仔细目睹一切的介错，此刻站起身来，拔出武士刀，刀锋瞬间将濒死武士的首级砍下，只留下最后 0.7 寸，才避免他的朋友身首相离。这样，山田再也感受不到一丝痛苦，也结束了他那忠诚勇敢的一生。

努力遏制恐惧

这是武士行动方案中的第五个要诀，里面蕴含着一个简单但十分有用的真理：每当阅读武士的英勇事迹时，我们很容易会认为他们全无畏惧。然而，事实正好相反，武士自己也承认会感到恐惧，这从他们的大量著作中可以看出来。然而，武士和普通人的区别在于，他们从未让恐惧阻止行动。因为归根结底，行动才是真正重要的。

心怀恐惧是人之常情

永远记住，心生恐惧，实乃人之常情。就我所知，在人类历史上，还没有

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

任何人会全无畏惧。据说，即便耶稣面临追捕和迫害时，他在客西马尼花园（耶稣被犹大出卖被捕之地）也感受到了极度的恐惧。在我看来，任何说自己全无畏惧的人，不是骗子就是傻瓜，要不就是头脑发热，神经兴奋——无论是哪一类，你必须立即远离这种人。所以，请放心，心怀恐惧并不会有损你的为人或武士身份。

但我这么说，并不是暗示恐惧不会给人带来任何伤害或风险。事实上，恐惧是一个狡猾阴险的敌人，它吞噬你的速度甚至比一大群饥饿的鳄鱼还快。如果要我弄一个排行榜，上面列出6种最具破坏力的情绪（包括恐惧、愤怒、贪婪、愧疚、淫欲和妒忌），恐惧绝对排在首位，因为它对人的破坏力最大，尤其对武士而言。所以，为了提高效率，避免给敌人太多的“上台时间”，我们来仔细看看这个“情绪的鳄鱼”，弄清楚当它要吞噬你时，如何才能扭断它的下巴。

三种本能的恐惧

在教学生理解和应对这种完全正常的人类情绪时，我发现，向他们解释人有三种本能的恐惧十分有用。这三种恐惧分别是对失败的恐惧、对伤痛的恐惧以及对未知的恐惧。此外其他任何类型的恐惧，都可以归于这三类，甚至人类面临的最大恐惧——对死亡的恐惧，也同样如此。

每当有学员向我提及对死亡的恐惧时，我有时会用鳄鱼的例子作类比，来帮助他更好地理解人类的三种本能恐惧。我解释说，如果受到鳄鱼的攻击，与其说你害怕被它给吃了，不如说你是：（1）害怕被鳄鱼嚼碎时，感受到的痛苦；（2）害怕在鳄鱼体内被消化时，失去你的自我身份；（3）害怕被鳄鱼消化后，自己将不知尸骨何存。

也许这个类比并不怎么幽默，但在此我要表达的是，只要像我一样，把恐

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

惧分解成三种基本类型，那么这只“野兽”看上去就并没有那么庞大，要驯服起来也没有那么困难。

恐惧很少存在于当下

在理解和控制恐惧的过程中，我的学员还发现一个很有用的方法，那就是认清所有恐惧在本质上都是对未来的预期或者对过去的反应。就是说，当下感觉到的恐惧（无论是哪种类型），如果不是因为想到过去的经历而产生，就是因为把未来可能的恐惧凌驾到当下的事件上。不论是哪种原因，问题都是由简单物理层次的想象（在上一章有详细阐释）产生的。

当你知道所有的恐惧，都是源于对未来的预期或者对过去的反应之后，接下来还必须知道一个很重要的道理，那就是恐惧会在强度和长度这两个层次显现出来。我把这两个层次叫作慢性恐惧和急性恐惧。

慢性恐惧的本质

慢性恐惧在强度上相对较轻，但持续时间长，基本上每天都会萦绕于你的脑海。在第二章，我说过恐惧是一种潜伏的“动机杀手”。实际上，慢性恐惧才是真正的罪魁祸首。

在我从事私人临床工作的几年，有很多严重神经衰弱的病例。据我估计，其中 10 例中有 7 例是慢性恐惧症的结果，或者与其有关。在临床上，慢性恐惧有另外一种说法，人人都知道，那就是烦恼。为钱，为工作，为孩子，配偶，父母的健康而烦恼，有人还为世界大事烦恼。我所诊断的病人中，甚至还有人浪费宝贵的精力，担心他最喜欢的电视剧里谁对谁不忠。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我并不是说，这些事情不重要，不值得我们花心思。事实上，我的观点恰恰相反（除了电视剧以外）。但是，不停地把注意力放在目前无能为力的事情上完全是浪费精力，并且也分散了我们处理目前能掌控事情的注意力。这也是本章要诀的重点——把精力集中于当下，因为唯有当下，才能掌控。

我们时不时会有情绪不佳的时候，但这种情况并不难察觉。每到这时，我建议你花几分钟的时间，对心理的真实感受进行一个诚实、客观的内省。我确信，你会发现坏情绪、坏心情都与过去或者将来的事情有关。所以，必须不断地把精力和注意力转移到当下，以及目前你正在处理的事情上。这样，你就会打破慢性忧虑或恐惧的状况。假设头脑中不自觉地想起过去或者担心未来，可以利用它们暂时留在脑海中的间隙，重新确定或调整目前的工作重心。

急性恐惧的本质

武士或者武士交易员平时最大的担忧在于，在面对充满风险的机遇面前，如何迅速采取有效行动，而其中的最大阻碍因素就是急性恐惧。急性恐惧通常持续的时间不长，但很强烈，它能让你对目前的处境感到麻木，无所适从，以至于无法采取任何行动。虽然急性恐惧是对当前的感受，但是千万别就此以为它与过去的回忆或者将来的预期无关。我可以向你保证，它们之间绝对是相关的。

举个例子，如果一个持刀抢劫者突然从小巷子里跳出来，向你索要钱包，你很可能马上会感到急剧的恐慌。但是，虽然这件事情发生得很突然而且毫无征兆，但你当前感到的极度恐惧是因为害怕受到伤害或者遭受损失。此外，也许你以前遭受过同样的经历，这种经历更加加剧了你目前的恐惧感，因为在上次你的确受伤了或者钱包被抢走了。在这种情况下，即使你有幸会一点儿防身术，也很可能不会进行有效的自卫或者采取主动措施，除非把注意力重新集中

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

到当下。不管你喜不喜欢，这都是武士精神的一个基本事实。

从武士交易员的角度来看，市场突然急剧下挫或上扬，会让他们体验到急剧恐惧的感觉。为了便于讨论，我们假设你目前处于持仓状态，为了在市场突然下挫后保住仓位，防止损失，你必须当机立断，采取行动。或者，可以假设你目前处于空仓，但在等待合适的时机，主动“进入”市场。同样，当机立断也是必要的。

无论哪种情况，在关键时刻，恐惧都可能在你脑中突然出现。或许是因为你预计市场行情不好，或者在同样的市场条件下，上个月刚经历过一次惨痛的损失。为了清除脑子里具有潜在危害的恐惧感，你必须把注意力重新集中到当前，才能采取战术行动，就如同面对持刀抢劫者一样。

清除恐惧的武士之道

我想提醒一下各位，通过两个身体调节的方法，武士可以消除心中的恐惧，不论是慢性还是急性恐惧。之所以说“提醒”，是因为在第八章的内容中，我们就已经讨论过这两种武士技巧。它们是腹式调整（“聚合点”）和腹式呼吸（“将气吸入腹部的能量中心，并由此中心呼出”）。要想在任何情况下，利用这两种技巧达到控制恐惧感的目的，你只要：（1）保持身体竖直；（2）保持聚合意识，一切活动围绕合一点，用腹部深呼吸；（3）重心下移。如此简单、迅速、有效。

因此，不论是对失败、伤痛、未知的恐惧，还是由于恐惧来源于对未来的预期或者对过去的反应，或恐惧已经久久萦绕在你的心头，变成了慢性恐惧，或在黑暗中突然出现，急剧而危险，这些都无关紧要。对于真正的武士而言，解决的办法永远都是不变的。对武士交易员也同样如此。你们必须把注意力拉回到现在，或者说当下，因为唯有当下，才永远可控。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这个真理，以及其他最终可以理解和运用的武士智慧和观点，必将让你在与期待的“敌人”交手时占尽上风，从长远来看，也很可能帮你取得成功。在后面的武士交战心理课程中，我们唯有武士舍身之道了。让我们继续学习，看看还能发现哪些可以为你所用的知识吧。

交易中的武士道

我脑海中想到的一个控制急性恐惧的极好例子，就是伊利诺伊州芝加哥市J·C先生的故事。他是芝加哥商品交易市场的场内交易员，在这行工作的时间超过了10年。

第一次跟我接触之前，J·C先生似乎焦虑的次数越来越频繁，也越来越严重。尽管做过很多努力，但他还是找不出焦虑的原因，也无法进行相应的治疗。他希望我能帮他查清楚问题的根源，当然最好能找到有效的治疗方法。

同大多数患有焦虑症的人一样，J·C先生在开始发作阶段，主要出现过三个症状。第一个是突然的迷失感，觉得所有事情都在压迫着他；第二个（通常也是最令人恐惧的）是窒息感，就好像根本无法呼吸；第三个是他坚信焦虑的发作，让他感觉自己马上就要死了，根据具体情况来看，出现这种感觉不足为奇。

诊治开始后，我强调的第一件事就是他并没有必要弄清楚焦虑是如何开始的，更重要的是从一开始，就要对发作加以控制。幸运的是（正如你在第八章学到的），在武士聚合之道和恐惧控制之道中，主要的方法就是腹式呼吸。我进一步指出，当人开始感觉到恐惧时，第一反应是试着用胸腔呼吸，但不巧的是，这里正是产生焦虑的地方。因此，我集中精力，教他掌握腹式呼吸的方法。

接着，J·C先生学着把注意力集中于丹田的吐纳之气上。这样，他的意识就自动转移到了当下，而不是关注症状是如何发作的。呼吸和注意力的调整可

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

以帮助他控制焦虑的发作，并及时让他对自我控制能力重拾信心。

当J·C先生带着心理和生理上的新“装备”回到商品交易市场时，一切都如我所预期的一样，进展得很顺利。虽然后来又出现过几次发作，但就像我跟他说的，每次症状都会减轻，发作的时间也越来越短。到最后，他再也不用对焦虑的发作感到担心了。就这样，出现症状的次数慢慢减少，直到逐渐消失。我很高兴，在我跟他进行最后一次联系后，他告诉我已经有6个多月的时间没有任何焦虑感了。对于这个结果，我向他表示由衷的钦佩和祝贺。

正如我在前面提到的那样（恐怕在之后还会多次提到），通常，最危险的敌人有时会在我们体内突然膨胀起来，令我们不知所措。而遵循武士聚合之道和恐惧控制之道，能让你在这些“情绪鳄鱼”刚抬起头时，就将它们消灭。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十二章

武士舍身之道

武道传奇

在木佐治开始正眼考试前，山冈铁舟大师给参加者发表了一番演讲，阐述学习剑道的理由和益处。首先，他谈到剑道有“四大毒素”：怀疑、恐惧、诧异、困惑。这位剑道大师说，无论是想在剑道中赢得比赛，还是想过上充满朝气、健康向上的生活，这四个情绪和心智上根深蒂固的问题都是最大的敌人。

他继续说道，要化解这些毒素，在后封建时代（大约在 1885 年）培养出真正的武士道精神，就必须在与一个接一个的敌人对战时，抱着无论对战多么艰难也一定要活下来的决心。山冈铁舟剑士说，他坚信只有通过自我提升和控制，加强身体的苦行修炼，才能真正理解武士舍身之道，为情绪控制打下坚实的基础。这些也是他的个人经验。

的确，山冈铁舟剑士通过身体力行，为我们提供了一个鲜活的例子。1867 年明治维新后，幕府将军被迫还政于天皇，顿时，时年 31 岁的山冈铁舟也失去了饭碗。但他身为武士，当时名声在外，且政治观点鲜明，谈判才能出众，所以得以作为一名侍从为天皇效力 10 年之久。

大约在 1871 年，他创立了自己的剑道流派，一刀正传无刀流。在他的道场里，剑道是最主要的武术科目，这种武术十分激烈，但不足以致命，是对最初

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

武士格斗方法和技巧的改进。剑道没有使用让人足以丧命的武士刀，而是选用竹剑，外面则用皮革包裹。对战的双方均身着盔甲护具，用来保护头部、肩膀、胸部、手臂和腰部免受重大伤害。

但这并不是说，在剑道比赛中就没有真实感或者毫无生命威胁。事实恰恰相反，在山冈铁舟的道场尤其如此。他在武士界被冠以“鬼铁”的名号，且有一个很有名的本领，仅凭他用剑的专注和杀气，就能镇住对手，令其丧失意识。对此，他希望学生也能达到同样的境界。

在山冈铁舟的道场，很少有人能通过他的测试，拿到中级证书，至于高级证书就更不用说了。原因很简单，首先，学员必须参加一个训练课程，为时 1 000 天，并且中间不能间断。然后，才有资格参加“初级”考试，包括同其他修炼无刀流的学员连续进行 200 场的对打，并且都发生在同一天。第二个测验或者叫中级考试（名为“正眼”），规定在 3 天内，完成 600 场的对打比赛。第三个，也是最高等级的考试（据说通过的人至今不到 50 人），必须在 7 天内，接受 1 400 场对打比赛的严酷考验。

在他的武士修炼和经历中，山冈铁舟大师领悟到，剑术能让人看清事物的本质，直面生死。随着考试比赛的增多，他感觉到测验终于有了战斗到至死方休的真实感了。因此，要想存活，接受测验的学生就必须完全依赖自身的武士舍身之道和武士精神。木佐治在山冈铁舟大师门下已经学艺 6 年，此刻，他将接受考验，以验证大师的训诫是否有效——正眼考试，时机已到。

随着有人一声大喊：“比赛开始”，第一场比赛在防守与反扑中旋即展开。每场比赛时长 5~10 分钟，随后休息同样长的时间。每场比赛结束后，没有比分，也不论输赢。比赛的目的，就看能否坚持——不，是能否存活。

木佐治身体条件很优秀，所以在坚持了几个小时之后才初现疲态。一开始，他的手脚变得僵硬。接着，他试图让身体适应连续比赛所带来的压力，但随即感到一阵头晕，出剑也不如先前那样迅猛无比，铿锵有力。这时候，剑道的第一个毒素——怀疑——开始潜入他的意识中，让他觉得，对手的出招力度仿佛突然增强了 10 倍，每次出击都令他浑身颤抖。随着时间的推移，比赛还在继续。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这时，第二个毒素——恐惧——开始对他的精神状态产生影响。

当对手的竹剑戳向他的脸时，木佐治因害怕而感到畏惧，这种畏惧感，在刚开始学习剑道时曾出现过。尽管如此，他仍然坚持战斗，依赖着心中信奉的武士精神帮他度过这项艰苦的考验。

到第二天中午，他感觉全身麻木，几乎动弹不得。很多次，他都觉得自己如果不是要死了，就是快要瘫痪了。但在他的内心深处，有一股强大而神秘的信念和使命感，让他相信能通过这项考验，也让他可以继续握住手中的武器，发出类似进攻的招式。此刻，他的头脑中一片模糊，仅残留一丝意识，而两个从未对付过的敌人正在向他慢慢逼近。他发现自己像是处在一种超现实的状态，一切都像慢动作般移动缓慢，在这种状态下，对手的每次出招都让他觉得出其不意，困惑不已。这时，他回想起大师的演讲，知道“毒素”都已经显现了。他也明白了大师说的另一番话是对的——这是一场至死方休的战斗，非生即死。

对战只剩下 100 场的时候，木佐治已经筋疲力尽，头昏眼花，连脑神经也近乎错乱，但在他内心，似乎有某种东西复活了，重获新生了。他的神志开始恢复清醒，出招也如先前一般迅猛。事实上，有些招式还胜过了当初。令人惊奇的是，这名专注于比赛的武士，此刻身心充满了一股新的力量，让他在招架对手攻击的同时，还能进行反击。

虽然他的心智变得异常清醒，但此刻，他似乎忘记了时间的存在。而在两天半之前，还总会忍不住想起这些。在他的强势进攻下，又一个对手被击退，他突然意识到，他的心智和人生达到了一个惊人的境界，如果有必要，他可以永远战斗下去，而且能击败任何对手。当他站得稳稳的，等待下一个对手时，木佐治听到一阵不甚熟悉的声音进入脑中和感官——他听到了掌声。他刚刚完成了第 600 场的对打，他存活了下来。

虽然四大毒素让木佐治经历梦魇，险些失败，但他英勇无畏，舍身投入到苦行修炼中，最终将它们一一克服，仿佛漫漫长夜后，迎来新的曙光。之后，他感觉全身充满武士力量，未来也拥有无限可能。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

绝不回头

这是武士行动方案中的第六条，也是最后一条要诀，讨论舍身投入这一重要话题。学习前面五条要诀时，我曾提到，这些要诀彼此相连，相辅相成，共同形成武士的整体作战状态。对于第六条要诀，尤为正确，它与第一条要诀——在开始作战前，坦然接受一切可能发生的损失，搭配得十分和谐。

第一条和第六条要诀两者搭配起来，就如同诗歌对仗一般，首尾呼应，臻于平衡，相互促进。要想舍身投入一项行动计划，首先必须坦然接受所有可能的后果，才能真正取得效果。同样，在真正接受行动可能的消极影响前，必须舍身投入，绝不回头。如此看来，接受就好比给导弹弹头装入弹药，但如果导弹没有击中预期目标，弹头就变得毫无用处了。因此，舍身投入就是导弹的制导系统，能让弹头准确无误地击中目标。

道德、伦理和舍身投入

令我悲哀的是，长期以来，我们的道德和伦理正在逐渐丧失。其中，多数情况是因为人们舍身投入真正重要东西的决心，已经被慢慢腐蚀了。如今，有一种普遍的说法："除非怎么样我才会怎么做"。很明显，这里的关键词是"除非"，暗示舍身投入是有条件的。

多数情况是因为人们舍身投入真正重要东西的决心，已经被慢慢腐蚀了。

这种情况几乎随处可见。夫妻结婚，本打算厮守终生，但后来争吵不断，分歧加深，最终分道扬镳；我们工作，本意是工作到退休，直到后来有了更好的工作；人们节食减肥，开始健身计划，本打算一直坚持，直到浑身酸痛，饥饿难耐，一切就又恢复原样。这些还有其他例

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

子说明，人们对舍身投入行动计划的真正含义，普遍缺乏了解。

在金融风险行业，尤其是交易领域，这个问题更为明显。我曾有机会拜访很多失意的交易员，他们似乎深信没有人能在交易市场赚到钱，所以打算退出这个行业。但随着我从他们嘴里探出更多细节，便经常会发现，他们只不过是把交易当成兼职，在市场里进行“试验”而已，并没有把时间、金钱和精力舍身投入到学习中，如何才能在市场战争游戏中取胜。通常，他们只是急功近利，想一夜暴富，一开始想的就是“要是赔钱了就不干这个买卖了”。当他们真的赔钱了，也会马上与交易“脱离干系”，一边走一边牢骚不断。

舍身投入就能获得力量

事实上，舍身投入是人（如果不是整个宇宙）所拥有的最强大的力量。舍身之道，加上接受、聚合、信任、想象和活在当下，可以让武士撼动泰山，也必定能让你从金融风险交易中源源不断地获得收益。但同其他武士的“技能”一样，你必须定期修炼，并加以运用才行。接下来，就让我分享一些培养武士舍身之道的方法。经过这么多年的修炼，我和学生认为这些方法十分有用。

事实上，舍身投入是人（如果不是整个宇宙）所拥有的最强大的力量。

舍身之道的五个参数

长久以来的经验告诉我，舍身投入某件事情，然后坚持到底的能力取决于五个参数，其中大部分在武士行动方案要诀中间接出现过，它们是：

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

1.必须知道你的目标是什么。

2.必须拥有完成任务的真正欲望。

3.必须制定出一个完成任务的可行计划。

4.必须设定完成任务的合适时间表。

5.即使失败，也不可自我质疑。

要想做到“一旦开始行动，绝不停滞不前，绝不回头”，每一个参数都至关重要。所以，让我们简单看看每个参数背后代表的内涵和深意。

1. **必须知道你的目标是什么。**很显然，你我都清楚，凡事必先有目标。但令人惊奇的是，对许多人而言并非如此，甚至包括很多交易员。对成功人士而言，合理准确的目标定位和行动方向，是成功的一个重要因素。如果目标模糊不清或者过于空泛，就别奢望将来能有所建树。计划是成功的钥匙，急功近利和邋遢马虎则是它最大的敌人。

计划是成功的钥匙，急功近利和邋遢马虎则是它最大的敌人。

我在赌场多年，见到过很多这样的例子。赌客怀揣着大把钞票，但只想着大赚一笔，毫无耐心，赌场靠这些人赚得盆满钵满。赌过钱的人都知道，99%的时候都会输钱，而且输得飞快！这些盲目的赌徒们，似乎并不想花时间研究如何理财，也不想知道玩牌赢钱的概率有多大。有时，即使真学到了一些玩牌的基本技巧（或者懂了一些理财的知识），在面对赌场漂亮女孩递上来的“免费”饮料时，也会将它们忘得一干二净。

止损和止盈的价值。对武士而言，他不会只在心里想“我要战无不胜”，然后就跑去跟别人决斗。正好相反，他们都是非常讲求效率的战略家。开战前，会提前想好每个招式、应对之策，有时甚至在应对之策后，还要想到之后该怎么办。这样，每次交战后，胜利也日积月累。同样，交易员不能进场就说：“今

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

天，我一定要赚到钱。”而是应该在心里有个合理的预期，能赚到多少（不要多也不要少），这个理论数据必须在可实现的范围内。

我在上面提到“不要多”，对此，有人会提出异议。我同意在金融风险交易中有时候应该趁势追击，大赚一笔，但大部分情况，我认为除了设置止损点以外，还应该设置止盈点，这种做法更为明智，也更有效果。否则，你将错过目标，仍然毫不知晓，在武士看来，这是缺乏判断力的表现。心里清楚，要走多远才能实现目标，对于运用其他武士行动方案十分必要，也能让你把心思和精力完全投入到当前的任务上。

医学上类似的例子就是疼痛。如果一个病人感到剧烈的疼痛，而医生说疼痛持续的时间不确定，那他很可能会放弃努力，不会继续忍耐下去。相反，如果这名医生聪明一些，跟他说疼痛“预计”将持续 1 个小时、1 天，甚至哪怕是 1 周，病人也更可能懂得如何应对，然后忍受下去，直到病痛消失为止。所以你看，无论从哪方面来说，知道你的目标是什么都显得至关重要。接下来，你还可以制定一系列实际（可实现）的目标，然后一一完成，最后享受成功果实。这些目标，加上我将要谈到的欲望，将帮你到达目标彼岸。

2. **必须拥有完成任务的真正欲望**。没有什么比缺乏实现目标的欲望更能瓦解人坚持到底的意志了。这也再次说明，做任何事前，仔细想清楚是多么的重要。在本章开篇的故事中，木佐治正是凭借着那股欲望，以及舍身投入的精神，才完成了 600 场剑道对打。我在前面也提到，当武士拥有坚定的决心和意志时，就能产生一种意念，拥有这种意念的人的确非常强大。

对你而言，只要下定决心，坚信某项行动计划（以及通过它想要实现的目标）是你真正想要的，便也能拥有这种强大的力量。而如果缺少了这种欲望和意念，一旦遇到困

> **对你而言，只要下定决心，坚信某项行动计划（以及通过它想要实现的目标）是你真正想要的，便也能拥有这种强大的力量。**

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

难，你就会出现犹豫，甚至停滞不前，这种做法完全与武士道背道而驰。所以记住，欲望以及其他参数，将赋予你不屈不挠的精神，让你勇往直前、所向披靡。接下来所需要的就是遵循一个好的计划了。

3.**必须制定出一个完成任务的可行计划。**如果缺少可行的计划，怀疑、恐惧、诧异、困惑这四大毒素一定会最终影响你的心智。而一个有效的计划总能帮你降低（如果不能消除的话）这些毒素的影响。在第十一章，我具体阐述过恐惧的本质，你该记得对未知的恐惧属于人的三种本能恐惧之一。但在此，我们发现调查和研究能给我们提供帮助。对周围的环境和对手了解得越多，就越不会感觉到恐惧或怀疑。

另外，在第十章我也谈到，对特定措施和可能的应对之策计划得越详细，在头脑中想象得越多，当面对巨变或者意想不到的事情发生时，就越不会感到困惑或诧异。计划合适，才能集中精力执行计划，而不会在面对突然的变故时，为了思考应对之策而分心走神。心中有了合适的计划，接下来需要一个时间表来执行计划。

4.**必须设定完成任务的合适时间表。**人们在制定合适的时间表时，通常会犯下两类错误。一类是在制定计划时，设定的时间长度太短，根本不切实际；另一类是没有给计划的执行设定一个具体期限，规定什么时候改变方向。一项活动，没有合适的时间长度，也没有具体的完成期限，后果将十分严重。

在这个参数中，关键词是“合适的”。我们盖房子时，总不能期望在一周之内建成。即使真在一周内建好了，我相信你也不会住进去。另外，你肯定也不希望施工的时间过长，以至房子在若干年后还没盖好。这样，你对房子的热情和兴趣一定会大打折扣。

心理学上认为，要想推动计划的执行，就必须建立一个工作时间表。尽管电影极力地渲染武士的打斗场面，但事实上，武士决斗的时间很短。因为他们

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

懂得，如果不能在几招之内制服对手，就应该明智地选择撤退，然后重新思考目前的处境和战术。他们也知道，如果战斗过程拖得太久，那么四大毒素就会显现，而其中任何一个都足以让他最终失败，甚至被杀。

因此，你必须知道，要想实现目标就必须拥有合理的时间长度（并且加以明确）。同时，确保行动不要拖得太长，这样就能在心理上保持动力、信心和兴趣。

所以你看，拥有明确的目标，为实现目标而充满欲望，同时制定出可行的计划和合理的时间表，可以让你充满动力，勇往直前，为完成任务永不止步。此外，最后一个参数也十分重要，那就是，如果你的计划不幸遭遇挫折，千万不要回头。

5. **即使失败，也不可自我质疑。**人们对往事的评论总是充满着真知灼见。此话虽不假，但对往事的见地可能有益也可能有害，具体要看用到何处了。武士心中就从来不会后悔，也从来不会去想：要是我用了这个进攻招式或者那个防守技巧该有多好。他清楚，唯有当下，才能掌控；而未来，只存在于希望中。往事既已成定局，无论什么，都事已至此，无须多问，无须多想。

但这并不是说，武士无须从错误中吸取教训。每一名武士都知道，尝试和错误是我们最大的（也是唯一的）老师。积极回顾过去的唯一目的，是为了调整未来的方向，纠正不良行为，而不是后悔当初，自责不已。做了便是做了，仅此而已。真正理解了这个道理，并把它作为处世哲学运用到生活中去，你的人生将发生巨大改变。

真正的武士能主动对自己的行为负责。但同时，他也清楚过去的事情无法挽回，可以把凡事都当成机会。因此，他能将错误转化成机遇，提升智慧和见识，同样，这点你也能做到。而除此之外，没有其他更好的方法，对此，我希望你也能同意。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

舍身投入的激发方法

我们已经谈到舍身投入某项行动后，要想做到“绝不停滞不前，绝不回头”，必须具备五个条件。现在，我来介绍武士形成“舍身投入”的方法——苦行之道。

“苦行”的字面意思是“通过身体的苦行修炼，实现开悟”。其实，人们总是在有意无意地进行身体上的苦行修炼。通常，如果问他们为什么健身，从他们的答案中就能找到证据。这些回答包括“健身让我的注意力更加集中”、“健身让我的工作更加顺利”、“健身让我的内心更加平静”，还有“健身让我的精力更加充沛”。事实上，健身锻炼确实能让人感觉更好，当人感觉好的时候，表现也往往会更好。此外，保持身体健康是保持聚合三角形的重要一步，关于这方面我们已经谈过很多。但除了这些好处以外，经常进行苦行修炼的最终目的是形成舍身投入和内心训诫。

在我的道场，每堂课前 30 分钟都要进行苦行修炼。涉及的内容，可能是简单的跑步锻炼，也可能是一系列与武艺有关的繁重训练。无论训练项目是什么，目标都是一样的——跨越每一名运动员都熟悉的那堵“墙”。这堵“墙”是指，身体快要被疲劳压垮时的状态。当学员达到这个状态时，就会发现自己来到了心中的一个关键十字路口。在内心，他们被迫问自己，我是向疲劳投降呢，还是咬紧牙关，坚持下去，看看接下来会发生什么？我总是希望他们能坚持下去，因为翻越这堵墙后，就能找到武士道的真迹，获得更高层次的力量、勇气和修炼效果，这是在精神的合一点产生的一种特殊的“东西”。

舍身投入与三个物理层次

我经常尽力提醒练习武士道的学员和交易员，舍身投入就像其他事物一样

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

会出现在武士的三个物理层次之中。只有经常练习，才能将这种能力提高到最高层次。简单物理层次的投入，只不过是口头说说罢了；超物理层次的投入，不仅拥有良好的计划，经过深思熟虑，并且还有执行计划的坚定信念。但是，只有形而上层次的投入，才能真正赋予人以力量。

在形而上层次舍身投入，可以让身、心、灵三者完全倾注于你的任务，进入置之死地而后生的境地。正如木佐治参加无刀流山冈铁舟大师的正眼考试一样。此外，在我的道场，由于学员在开课前事先知道，要进行 30 分钟的苦行修炼，因此他们清楚，假设继续忍耐下去，跨越那堵墙，他们的痛苦和不适也会有一个确定的“止损点”。通常，这样足以让他们进行尝试，并且一旦开始也不会中途停下。对你而言，情况大抵如此。

日常的苦行修炼

我说过，许多人都没有意识到每天都会进行苦行修炼，也许你也是。事实上，苦行修炼能通过任何一种方式实现。跑步、走路、骑单车、爬山、健身操，甚至包括在寒冷或酷热等极限环境下进行冥想，都可以算作苦行修炼，所有这些方式都能教你舍身投入到一项计划中去。只要活动能够持续，并且耗费精力和体力，就符合苦行修炼的条件。在第十五章，我将给你提供更多详细的训练指导和建议，但是，目前你可以用日常锻炼的方式来进行苦行修炼。

对心理的冲击

关于本篇内容的讨论已经接近尾声。让我通过描述另外一项活动，来重温一下所学的内容。这是一项我经常要求学员参加的活动——在之前我也曾建议

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你尝试。这项活动就是徒手击破木板，此前我曾说，与其说这是对身体的挑战，不如说更是对心理的冲击。因此，这也正好能达到温习的目的。

为了击碎木板，学员首先必须“在进入决斗前，坦然接受所有可能的损失”。而唯一的（也是最可怕的）损失就是可能会在击碎木板的过程中，伤到手或者感到剧烈的疼痛，仅此而已。

接着，你必须意识到，你并不只是靠徒手击碎木板的，整个过程还有更多力量参与，有了这种意识，就可以“实现身、心、灵三位一体”。在简单物理层次、超物理层级和形而上层次，还有来自身、心、灵三者的力量供你支配。通过将气吸入合一点，保持身体竖直，重心下移（腹式调整术），可以实现身、心、灵的三位一体，并在“三角地带”产生协力。同时，在身体和心理中产生一股强大的自信，从而可以发出理想一击。

接下来，就要“信任你的武士技能和直觉”。但愿，看到其他人将木板击碎后，你能将信任转化为本能的信仰——信任的最高层次。打开心灵的耳朵，聆听宇宙的旋律，心中自然就会“知道”一定能完成任务。

再接下来，通过“想象在心中构建一幅胜利的画面”，精神集中，调动一切力量。由于人的潜意识分不清什么是事实，什么是想象，实际击打木板前，在头脑中提前想象一遍，可以减轻恐惧，并调动强大的创造力，从而增强用手击打的力量。

当击打的时间慢慢迫近，必须做到“唯存在于当下，努力遏制恐惧”。心里必须清楚，所有的恐惧都是对未来的预期或者对过去的反应，这两者对武士而言，并无益处。唯有当下，才能掌控。因此，关注当下，集中精神，将气息稳稳地吸入腹中的合一点，就将拥有十虎之力、十虎之智、十虎之勇。

最后，运用全身所有的力量，舍身投入，发出一击，“一旦开始行动，绝不停滞不前，绝不回头”。在彻底完成手上的“弧形动作”（以及行动计划）后，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

就很可能获得成功，也就是将木板击碎。即使因为错误估计了木板的厚度，或者用错了击打的方法，而没有将木板击碎，你也不会后悔，或自怨自艾地说“我太蠢了。真应该那么击打，或者换一块木板”。相反的，你要忘掉手上的伤痛，利用这个机会，努力提高自己的击打技巧。同时，练习武士心理的恢复之道和重振之道，这也是我们接下来要谈到的内容。

交易中的武士道

若干年前，我认识了两位交易员，一位交易员因为做事舍身投入而受益匪浅，相反的，另一位交易员由于缺少这种舍身投入的精神而痛苦万分。我在拥有了他们的一手资料后，利用这个机会，拿他们进行了对比，想看看态度上的差异会导致什么样的后果。有意思的是，虽然这两个人一个住在西海岸，一个住在东海岸， 但一开始他们向我寻求帮助时，并不是咨询如何提高交易绩效，而是怎样才能戒烟成功。

B · W先生住在加利福尼亚州的旧金山市，D · L先生则来自马萨诸塞州的波士顿市。不知是机缘巧合，还是上天安排，他们都是同一位朋友介绍给我的。这位朋友也是一名成功的交易员，几年前，在我的临床治疗下，他成功地戒除了烟瘾。对于这位朋友，他们都很敬佩，希望跟他一样能戒除烟瘾，并在交易市场收获成功，因为他们在交易方面，都是刚起步的新手。

在分别对B · W先生和D · L先生提供咨询时，我强调了同一条重要的道理——端正的态度和舍身投入到戒烟过程的决心，这对能否戒烟成功至关重要。B · W先生似乎对此十分理解。他将我的忠告铭记在心，辅导课程一开始，他就下定决心“无论如何”也不会抽烟。但是，D · L先生立马提出抗议，因为他担心“在他戒烟的过程中”，可能会“感觉不适”。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

在此，我需要补充一点。这两个人都想拥有更加健康的身体和新的生活，但他们有一个重大的区别，而且十分明显，这种区别不仅会影响到他们各自戒烟的能力，也将影响到他们在交易上的表现。B·W先生认为戒烟必须彻底，并且立刻开始。在他看来，一个人要么吸烟，要么不吸烟，中间没有其他选择。为此，他准备好了付出应有的代价，无论是金钱、努力，还是精力，都可无条件地付出。而我要做的仅仅是提供必要的技术帮助，以便让戒烟过程更加有效。

D·L先生则不同。他把戒烟看成一个缓慢的过程，中间充满了不确定。他认为自己既不是烟民，也不是非烟民，而倾向于自己是一个正在痛苦“戒烟”的人。从这句话可以看出，他只是在为戒烟寻求一个容易解脱的方法。在本质上，他只是想通过付钱给我，让我帮他戒烟，然而每一个戒烟成功的人都知道，这是不可能的。

在咨询结束的3个月后，他们的那位朋友（也是我以前的客户），突然给我打来电话，向我报告他们各自的戒烟进展。由于要教他们使用交易系统，所以我的这位客户每天都保持着与两位戒烟者的联络。而对于他告诉我的情况，我一点儿也不感到惊奇。

他说，B·W先生（来自旧金山的那位）在戒烟的过程中，身体经历了很多不适，但尽管如此，他一直没有再抽烟，因此也度过了最难熬的时期。他指出，B·W先生“知道无论如何，也绝对不会再抽烟了”。但是，D·L先生（住在波士顿的那位）的情况就很糟糕了。这位朋友告诉我，据他所知，D·L先生经常破戒，然后“再戒”，如此反复多次，戒烟一直没有成功。听到这里，我自然为B·W先生高兴，而对D·L先生感觉惋惜。但是，我觉得更有意思的（也是这个故事里最中肯的）是他评论他们各自在交易市场的表现。

B·W先生在对交易系统有了初步了解后，整个人马上扑进来了，完全舍身投入，并带着坚定的信念。他投入了必要的金钱、时间、心思和精力，想在交

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

易领域有所建树。正因为如此，他的利润也在不断地稳步增加。

这位朋友继续说道，D·L先生的情况正好相反。很不幸，他在交易市场总是进进出出，最后也是“输得精光”。他指出，每次D·L先生在市场上遭遇挫败，都会“对交易系统大发雷霆”，而不会想到，可能是由于自己对交易当天的信息没有给予足够的关注和投入。造成这种情况的原因主要归咎于他对市场形势和状况飘忽不定的态度。同时，我也知道了D·L先生现在不仅仍然吸烟，在交易市场损失惨重，他还打算同结婚12年的妻子离婚，理由是“她没有给予他足够的支持”。

你们看吧，无论是想戒烟、保持婚姻快乐，或者成为一名成功的武士交易员，衡量成功的标准总是相同的。毫无疑问，排在第一位的应该是对任务的全心关注和舍身投入。

正如宫本武藏所说：“身为武士，若不舍身投入当前战斗，交战未始，则命已休矣。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

The Way of
the Warrior-Trader

第三部分

武士心理之恢复篇

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十三章

武士败后重振之道

武道传奇

火葬用的柴堆在大火中熊熊燃烧，热浪滚滚，火光冲天，映照着长门拓忧伤的脸庞。他正站在一旁，静静地看着。两天前，他所驻守的德川幕府的要塞遭到了敌军的袭击。虽然他和他的武士们英勇迎战，成功地消灭了大部分的入侵者，迫使敌人四处逃散。但是，他们所付出的代价也是相当惨痛的。在这场战斗中，他的 9 位忠心耿耿的家臣英勇牺牲。此外，住在城内手无寸铁的百姓中，也有 4 位未能幸免于难。

更令人惋惜的是，这些遇难人员中，也包括长门拓的爱妻真理子。17 年前，他们在大阪的一个佛庙中共结连理。她的妻子来自另一个有名望的习武世家，他们的婚姻是两家按照当时的传统定下的娃娃亲。这么做，通常是便于建立起门当户对的姻亲关系，也能为男方家庭产下男嗣，传承血脉。这样的婚姻极少涉及爱情和浪漫。然而，长门拓的婚姻并非如此。在婚后的几年里，他真心地爱着真理子，并感激她为自己生下两个儿子和一个女儿。

长门拓眼睁睁地看着大火迅速吞噬着真理子的遗体，此时，她那美丽的身体早已了无生机。根据佛教的传统观点，她的遗体会随着滚滚浓烟升入天界，并和整个宇宙融为一体。然而，即便长门拓信奉这个观念，但当他看到这一场

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

景时，仿佛悲伤之火吞噬着他的身体、心智和心灵，此种痛苦之剧烈，绝不亚于那吞噬爱妻遗体的烈火。虽然禅道训练和武士道教义都教导他，要避免对任何事物产生情感依恋，就算对家人也不行，但他仍然难以想象，在未来修行武士道的日子里，没有了妻子的陪伴和珍爱，他该怎么活。

然而，即便长门拓目前仍然深陷丧妻之痛，他的内心深处仍清楚地知道，自己必须重燃武士道精神，发挥强大的聚合意识，立即重回战场。他也确实打算这么做。另外，他还知道，自己可以通过练习净心法（武士净化身、心、灵的传统方法）达到这一目标。

在接下去的几天内，长门拓遵循着净心法，在静修中度过了大部分时间。他敞开心扉，体会自己的感受，并对此进行冥想反思。他明白，要想克服这种剧烈的悲痛，并从悲伤中不受影响地走出来，他首先必须承认并接纳自己的情感。如果一味地否定它，那么结果只会更糟。

他反思了自己的情感历程：当初刚得知爱妻死亡的消息时，他简直不敢相信。很快，他又变得怒不可遏，恨那些杀人不眨眼的侵略者夺去真理子的生命，同时也生真理子的气，怪她就这样离他而去。想到这里，他深深自责，不久又变得懊悔不已，怪自己当时没有多尽一点儿力来保护爱妻，但事实上，他当时已经竭尽全力了。最后，他越想越气馁，甚至开始质疑自己做人的价值，并且觉得自己是个很没用的武士。

凡此种种情绪，在他的内心深处封存已久，一时间全都被释放出来，暴露在真理和自然法则的光芒下。现在，由悲痛衍生出来的所有情绪，在武士原则和武士认知的洗涤下，开始逐个瓦解，如同他在战后清洗武士刀时，刀上凝结的血渍在丁香油的浸泡下逐渐溶解。他按照仪式，一边手摇着铃铛，一边进行呼吸练习，寻求自我净化。渐渐地，他重新认识到世事之无常，力量、金钱、地位，甚至家庭，全都是暂时的。他也重新认识到，万事万物之所以发生，都是为了到达更高的境界——“善”。这个认识使他的内心再次变得坚韧不拔。

没过多久，长门拓就恢复了状态，身、心、灵重新聚合，并准备重返岗位，为德川幕府效力。虽然他再度变得头脑清晰、刀法稳健，准备好重上战场、镇

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

压敌军，但他的心态已经不同于以前了，因为他领悟到了一条真理，一条属于他自己的真理。痛失爱妻的经历在长门拓的情感上留下了深深地创伤和阴影，虽然他已经运用武士心灵精神，抚平了这个创伤，但他知道，有一个记忆被他有意地埋藏在了心底，此生不想再提起，那就是真理子那充满活力的笑容。她是他的妻子，是孩子们的母亲。现在她虽然已经离世，却成为了长门拓武士力量的源泉，助他在挫折中重新振作。

天有不测风云

有一款汽车保险杠贴十分流行，上面写着："谁都会碰上倒霉事"。谁都会遭遇不测，不管他是善是恶，也不管他在何时何地，这确实令人遗憾。只不过，相比于其他人，武士和交易员似乎更容易遭遇不幸。然而，事实并非看上去的那样。我们之所以有这种错觉，是因为我们频繁地拿自己的钱财与个人安危进行冒险。换言之，就是因为我们经常处于风险之中。

正如我在前文中所说，冒险行为自然会涉及概率问题。不对，应该说是一定会涉及到概率问题。你有可能会遇到这样或那样的成功与失败。我们选择在第十三章探讨武士败后重振的问题，这还是很具戏剧性的，因为数字 13 通常会让人联想到坏运气或者不幸。或许，这个数字的平反之日到了，因为本章内容很可能会带领你以新的视角看待我们有时遭遇的挫折，帮助你在失败后重新振作起来（无论这个失败有多么严重）。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

准备好应对挫折

我在前面的章节中已经教授过你们，上战场之前应该如何调整好心态。无论是应对武装袭击，还是处理商业事务，或是想在股市中赢利，学会这一点会对你颇有裨益。在失败的威胁下，人往往会产生不良情绪。如果能在上场作战前调整好心态，便经常能在一开始就有效地克服这种影响。然而，另一个方法会更加有效，那就是在将武士道精神运用于市场交易之前，在你我的心中建立起败后重振的机制。这样，我们就能更好地预防失败所带来的痛苦，这也是失败所带来的心理后果中最常见的一种。我们不仅要从传统武士的视角看待痛苦，也要从传统行为心理学的视角看待它。

行为心理学家告诉我们，悲伤这种常见的体验普遍存在于动物界，就连小猫、小狗和鹦鹉都能感受到。然而，动物和人的区别就在于二者的心智功能和记忆能力存在差异。动物的记忆力很有限，也更容易适应外界变化，因此，它们对悲伤的体验仅限于短期悲伤。

与之相反，人类不仅心智功能更加高级，记忆力也更为庞杂，因此很容易陷入“长期悲痛”。不幸的是，正因为人类心智功能高级，我们可能比动物有着更多的机会来体验悲伤。这些行为心理学家还认为，任何不幸的或是不愉快的事情都会带来悲伤之情。有时候，这种悲伤只在心中一扫而过，如此微弱，我们甚至完全觉察不到。然而，不管你能否感觉到，它都的的确确发生了。

短期悲伤与长期悲痛

根据我以往的经验，人在面对损失时，往往会感到悲伤，这种事再自然不过了。然而，悲伤的强度以及体验者从中恢复所需的时间，都直接取决于他自

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

身的认知水平和心理调节能力。即使某人“在上战场之前已经调整好心态，准备接受一切可能造成的损失”。然而，当损失真正降临时，他仍然多少会感觉到一些悲伤。这也不见得是什么坏事。不过，短期悲伤与长期悲痛之间仍然存在着巨大的差异。我曾观察过不少交易员，发现他们中许多人都存在着一个大问题：有些事本来只会（也只应该）造成短期的悲伤，但在他们心里往往会愈演愈烈，转变成为长期折磨他们的悲痛感。

不少交易员在蒙受损失时，都会对此念念不忘，甚至深陷其中难以自拔，这样做完全是自讨苦吃，直到不可避免地萌生出悲伤之情，这样一来，他们就真的有麻烦了。具体带来什么样的麻烦，又为什么会造成这些麻烦，这两个问题，我在后文会涉及到。目前，我们暂不深究来龙去脉，只要先接受一个事实，那就是悲伤之情就像财务损失一样，都是时有发生的。如果能进一步了解这个情绪杀手，应该会对你有所帮助。因为一旦你熟识了它那张令人不快的丑陋面孔，那么当它有所抬头时，你就能更加有效地将其驯服。

应对悲伤的 5 个阶段

应对悲伤（包括损失所带来的悲伤之情），首要法则就是承认它的存在。本章开头的长门拓的故事告诉我们，悲伤的情绪躲藏在内心阴暗的角落，我们必须将它释放出来，在客观事实的光芒下仔细地审查它、处理它，这一点十分重要。一旦悲伤被暴露在你的眼前，你就必须明白另一个道理：悲伤的发展会经历 5 个阶段，每个阶段所经历的时间可长可短，取决于个人的观念体系和心理特点。这 5 个阶段分别是：（1）否认，（2）愤怒，（3）内疚，（4）沮丧或消沉，（5）接受。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一个阶段　否认损失的真实性

“否认”一词指的是，在不好的事情发生后，仍不愿意承认它发生过的一种心理状态。心理学家认为，这是大脑出于本能，进行自我保护的一种心理压抑机制，目的是保护机体免受真相的伤害。然而，否认既成事实只会导致心理弊病、精神崩溃，甚至会有更严重的后果。有些交易员即使蒙受了巨大的损失，账户严重缩水，却仍然装出一副若无其事的样子，这样的交易员我也见过几个。以武士的观点来看，这种做法极不明智，也很危险。在武士看来，损失就是损失，无论你事先是否准备好接受这个风险，你都必须对这个既成的事实负起责任。否则，它会以另一种形式表现出来，也就是使你心生愤怒。

第二个阶段　因损失而感到愤怒

悲伤可能会带来愤怒之情。悲伤来临时，人们很容易不分对象地乱发脾气，而唯独不会对自己生气。我们可以拿你自己打个比方。假设，你在买卖标准普尔 500 指数合约时，突然亏了一大笔钱。再假设，你亏钱的真正原因，其实是你没有按照规定的程序进行交易。这时，你本该说“嘿，我刚才亏钱了”。可实际上，你没有直面这个事实，而是对整个交易市场感到愤怒，对股票的卖家感到愤怒，甚至对辞世多年的祖父感到愤怒，因为他过去也做过股票交易，还间接地培养了你对交易事务的兴趣。

显然，你对这些对象感到愤慨都是不合适的。事实上，真正应该对此亏损负责的人，正是你自己。如果一味地对其他人生气，只会让你离事实越来越远。一旦你认识到这一点，就进入了悲伤的下一个阶段，内疚之情油然而生。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三个阶段 为造成损失而内疚

损失所引发的内疚感，通常以自我批评的形式表现出来。这时，你开始用苛刻的眼光审视自己，认为自己本可以或者本应该那样做。我们在上一章中曾经讲过，这样的想法是很不合理的。你可能会开始怀疑，自己有没有做交易员的潜质，甚至发誓再也不做市场交易了，以免再次体验这种感觉。然而，你生来就有冒险精神，并衷心地热爱交易工作，因此，很可能会心生沮丧、意志消沉。

第四个阶段 因为损失而沮丧或消沉

当你在沮丧或消沉时，不光你自己感到难受，身边的人甚至比你还要难受。你心中一开始涌现的悲伤之情，转眼间变为一种更加有害的情绪，其特征也更加难以辨认，包括易怒、脾气暴躁、失眠、乏力、健康问题、精神涣散、丧失斗志，或者对身边发生的事情毫无兴趣，这里就不一一列举了。如果在此后相当长的一段时间内，你遇到了不少好事，还获得了身边亲友的支持，那么你最终会度过这个阶段，到达悲伤的最后一个阶段，也就是接受损失的阶段。严格来说，这个阶段其实已经不在悲伤的范畴内了。

第五阶段 接受损失的事实

武士练习败后重振法的最终目标，显然是为了获得一种内心机制与能力，使自己能在战斗和生活中，坦然接受时有发生的失败与损失。如果你没能在期望的时间内到达这一阶段，也不用太难过。你只要记住，任何情况下，只有人类中最强大的群体——最久经沙场的武士们——才能绕过前面的4个阶段，直接到达最后那个最理想的阶段，彻底接受损失的事实。也只有他们习惯于这么做。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

可见，如果你真的放任不管，那么悲伤的情绪会变得一发不可收拾。然而，武士或武士交易员肯定不会这么做的。可是，内疚感是自然而然产生的，我们如何才能避免呢？又如何才能如愿且如需地建立起败后重振机制，使自己在交易中立于不败之地呢？其实，答案很简单，绝大多数都已在前面的章节中提到过。但是，我还是打算将这些知识重新解释和梳理一遍，有助于你更清楚地理解和掌握。听我讲解时，你一定要记得一点：通过日复一日的武士道训练，你对悲伤的感受力通常会下降。同样一件事情，常人可能会为此黯然神伤，武士却只会感到些许失落。这种失落感比起悲痛感，要简单得多，也更容易处理。它在武士的内心转瞬即逝，不需要任何特殊的处理。不过，就算真到了需要处理的时候，武士们也自有办法。

净心——武士败后情感重振之道

我坚信，自律能力是让你精通任何事物的不二法门。因此，我也相信，我们在生意场上和生活中，一旦遭遇重大损失或深感失落，应该借机练习传统的武士净心法，这是再健康不过的事了。事实上，在道场里每堂课的最后10分钟，我都会让学员分三步练习净心法，目的是帮助所有学员养成“自净”的习惯，将之前两三个小时的练习中残留的情绪，全部清除出去。

> **自律能力是让你精通任何事物的不二法门。**

现在，你可能已经猜到，为什么要把武士净心法（以及武士重振之道）分成三步。损失或挫败可能会让你重心失衡，因此，要想达到身、心、灵的重新聚合，自然要先将注意力均衡地分配到身体（简单物理层面）、心智（超物理层面）和心灵（形而上层面）这三个层面。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

武士净心三步骤

当我感到失落时，我需要尽快地恢复到最佳心态。这种情况下，我常会用到净心法的几个基本步骤，下面我将逐步讲解。无论是在道场训练，在赌场玩21点或扑克牌，还是在办公室做市场交易，我都会运用到这些净心的步骤。我还要再次指出，与聚合法等战前所用方法相比，内心自净法唯一的不同，就是目的上的差异。聚合法运用于临场前，旨在帮你调整好心态。内心自净法运用于战斗结束后，旨在净化你的内心，让他回到战前的平衡状态（也就是战后重振）。

针对身体的净心练习

为了达到身体的清净，我喜欢简单地散步。散步过程中，我首先会集中注意力，保持身体竖直。我会让双脚缓缓地与地面融合，脚步与呼吸的节奏相协调（见第六章中关于合气的讨论）。我还会从合一点发力，轻轻地推动自己走出每一步，并保持动作平缓和均衡，避免上下颠簸（见第六章中关于气合的讨论）。每一次吸气都深至灵魂的“中心”（见第八章中关于腹式呼吸法的内容），以便让身体中的气（即“生命力”）得到更新。

针对心智的净心练习

为了达到心智的清净，我最为关注的是呼吸以及它在整个聚合过程中的关键作用。我会先练习用心之境（见第四章），随后开始回顾极真，也就是“宇宙法则”（我在第十四章中将会涉及），搜寻哪条法则符合我此次亏损的原因，并回顾其中蕴含的绝对真理。然后，我简短地总结了失败原因，反思自己从中能吸取什么教训，并决定予以纠正，以改善自己未来的表现，增加成功的机会。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

仔细考虑过这些方面后，我就将观察的体会输入到“内心电脑”中，以便日后在无意识层面重新提取。然后，我继续散步净心，并开始让内心的对话安静下来，直至终止，从而进入无心之境（见第五章关于无心的内容）。

针对心灵的净心练习

为了达到心灵的清净，我会继续散步，脚步安详而平稳，心中没有任何想法，也不怀有特定的意图。同时，我让宇宙的“直觉性的合一意念”充满我的意识与心灵。这样，我就能坚信，万事都指向更高的“善”（我的损失和失败也是如此），并且心无杂念地享受这种信念，同时，还常能接收到更高秩序赐予我的信息和教诲（见第九章）。

此时，距离开始练习大约过去了15~30分钟，我应该已经回到了散步的起点，心灵也恢复到了最初的自我，重新得到净化。身、心、灵也回到了聚合状态，一旦时机成熟，便可上场杀“敌”。

请记得，我向你描述自己的特殊复原方法，并不是说你无须拥有自己的风格。你可以发现各种各样的方法，有的可能比我的这套更适用你自己，我鼓励你亲自尝试一下。为了更好地练习，也为了明确运用这些方法的条件，你要记得，在采取冒险活动之前，你可以用完全相同的方法进行准备。这就意味着，你每天都得练习几种聚合（或重聚合）原则，以尽量完善你的交易表现，将武士道精神更好地运用于交易之中。在第十五章中，我会向你提供几种日常可用的“武士交易员培训”模式，你可以自行选择。这将有助于你把所学的全部知识融会贯通，糅合为几种简洁好用的模式，你可以一并运用。

不过，我们还不能立即开始观察武士交易员的一天是怎么度过的。在此之前，我们还必须深入探究另一个话题，其内容涉及武士的认知观念。这个话题

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

是武士智慧的最后一个（也是终极的）领域，也就是宇宙真理与法则。一切行为、反应、事件、情况和一切可见的后果都是因何而起，背后又隐藏着什么目的，你都可以在这个部分找到答案。话不多说，请看下文。

交易中的武士道

有时，故事要出自武士交易员本人之口，才能收到最好的效果。有一位女性交易员就曾经讲述过自己的特殊经历。她发现，武士败后重振法为她带来了诸多好处，而这是她在刚开始训练时未曾料到的。于是，她给道场写了一封信，以下摘录了部分内容：

> 毫无疑问，我在追随与学习武士意念和精神的过程中硕果累累，且受益颇多，它甚至救了我一命，这是我过去未曾料到的。
>
> 你可能还记得，我当初来道场拜你为师，主要是想克服自己对交易亏损的恐惧。此外，你可能也记得每次遭遇亏损时，我都会陷入绝望，不可自拔，这种痛苦有时甚至会持续数周之久。那时候，我开始怀疑，自己根本没有当交易员的资质。不过，好在有武士道训练和精神的熏陶（还有另一个原因，我一会儿就会说到），我很高兴地告诉你，我已经成功地消除了对交易损失的一切恐惧。
>
> 要知道，大约在6个月之前，也就是我刚参加你的训练课程时，我发现左侧乳房长了一个肿瘤。医生立即为我做了活组织切片检查，我最担心的事果然发生了——这个肿瘤确实是恶性的，这就意味着我得了癌症。医生建议我，先做个乳房切除手术，然后再进行放射性治疗，此外别无他选。这是我活下去的唯一希望。死之将至的确凿事实，以及自身不可避免的损

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

失，此时被清清楚楚地摆在了我的面前，令我陷入难以言表的悲痛与恐惧中。

后来，经过手术前4天的痛苦煎熬，也许是因为情感上不堪重负，或者别的什么原因，我的内心突然“开窍”了。我不仅没有变得愈发恐惧（估计我的恐惧感已经达到极点，已经没有办法感到更恐惧了），反而开始回顾自己在武士道训练课上所学到的所有知识，尤其是关于武士心理调整的内容。奇怪的是；我似乎开始明白了，真正的武士应该是什么样的——在活着的每一天里，他们都直面死亡，直面着无数失败的危险。

到了去医院动手术的前一天，我做出了一件事，连我自己都被我的这一举动震惊，我居然去做了市场交易。事实上，那天我的交易表现比过去任何时候都要好——机敏、专注、无惧且积极。毕竟，我现在面临着如此巨大的危险，相比之下，任何亏损又算得了什么呢？损失点儿钱，又怎么样？我突然意识到（这也算是一种顿悟吧），不管你蒙受什么样的损失，都是可以扭转的（任何事物皆是如此，唯有生命例外）。只要你能保持武士的平衡心和斗争精神，就算是一而再、再而三地亏损，也都可以赚回来。

手术前，我带着交易后的愉快心情（话说还赚了不少钱），进入了黑暗的麻醉梦境。几个小时以后，我从昏睡中醒来，医生告诉我，手术进行得非常顺利，只切除了部分乳腺，就将恶性肿瘤全部清除了。听到这则消息，我自然欣喜若狂，不仅松了一口气，心情也非常愉快，同时还感觉自己得到了“重生”。这种感觉久久萦绕于我的心头，到现在已经有6个多月了。

我参加道场训练至今，正好满一周年。我觉得，有必要在今天给你写一封信，告诉这里的每一个人，我不仅战胜了癌症，也战胜了对亏损的恐惧。我还希望，在未来的某一天，当有人和我一样面临恐惧和危机时，我的故事能够启迪和激励他们。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

衷心祝愿道场的兄弟姐妹们，愿你们和我一样收获富有意义的成功，体味这般甜美！

正如我在这部分开头所说，有些故事还是应该由经历者本人亲口诉说，这样才能达到最好的效果。我很清楚，仅仅把信转载到这里，肯定是不够有说服力的。尽管如此，我仍然想恭喜这位智勇双全的武士，希望她会知道，她所期待的“某一天”，很可能会在今天到来。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十四章

武士极真之道

武道传奇

在禅宗寺院的禅堂里，弟子丸泰仙正在给一群学生讲授禅道。具体来说，他正在详细阐释极真之道的重要性——宇宙法则和真理之道。授课完毕，一名学生问道："大师，我们为什么学习这些法则和真理呢，它们有什么重要性？"大师看起来睿智无比，他知道这个问题很实用，于是决定讲一个同样实用的禅道寓言作为回答。这样，学生或许能从故事的寓意中自己找到答案，这也正是禅道的方法。

弟子丸泰仙开口说道："很久以前，有一个村庄，十分特别，它安静地坐落在湖泊旁。湖泊水域广阔，风景宜人，远处山川上的溪流，源源不断地流入湖中。这里的村民，生活平静，十分安逸，他们繁衍生息，代代相传。这座村庄之所以十分特别，其中一个原因便是人们从不缺乏食物。起初看来，这并没有什么非比寻常或了不起的地方，但仔细观察村民的生活，便会发现他们之所以能过上富足的生活，原因是多么的不可思议。

"传说中，每天正午之前，村里的村民，不管老少，会在距湖泊约 120 米的地方，组成一条长长的队伍，队伍延伸开来足有 800 米长。他们每人手上还拿着一个小小的藤篮。之所以在正午时分举行这样的仪式，原因十分不可思议。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

因为每天中午12点，有一个神秘的大脚，会准时在湖中心的高空出现，这只脚比三栋房子还要大。它出现10秒后，会朝着湖中心重重踩下一脚，之后又会立刻抬起，然后消失不见。每次踩踏的时间总是不偏不倚，很有规律。此外，大脚每次向下踩踏都会引发巨浪滚滚，将湖水涌上岸边，待湖水退去后，大量鲜活的鱼被搁浅在岸上，活蹦乱跳。村民们只要快速把鱼捡进藤篮中，就足以够所有人享用。”

弟子丸泰仙讲完故事后，站起身来，宣布静修结束，然后打算离开禅堂。但还未离开，发问的学生此刻愈加好奇，他向老师喊道：“大师，请留步。你讲的故事固然十分有趣，但我看不出与极真之道有什么牵连。这个故事里面有什么寓意呢？请你告诉我吧！”

听到学生的话，大师停住脚步，转过身来，久久地看着学生的眼睛，什么也不说。之后，他双眼一闪，嘴角掠过一丝微笑，说道：“这个故事包含三个简单的道理，但却涵盖宇宙中所有其他的法则和真理。第一，万事都指向更高的‘善’！第二，宇宙中的法则和真理对众人的影响是平等的，不管他们有没有意识到！”说完，大师转过身，朝门走去。

“但是大师，那么第三个道理呢？”当弟子丸泰仙将要消失在门廊时，学生赶紧问道。大师没有停下脚步，而是回过头答道：“傻孩子，这么明显的道理，你就不能自己琢磨出来吗？”接着，他的声音穿过门廊的尽头，传到学生耳中：“第三个道理，当然就是中午的时候不要到湖上去。”

生活中我们面对的事实

对有些人，尤其是喜欢独立思考的人而言，学习一长串“法则”，一开始会让他们感觉心里不适。因为遵从这些预设的规则与他们的本性格格不入。另外，还有一个原因可能引发这种担忧，就是他们心中已经有了一套生活准则或戒律，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

因此不希望别的法则与它们相冲突。倘若你心中也有这样的想法，那我来帮你解决吧。我将要谈到的这类法则，并不是人为制定的规章或规则。相反的，它们都是日常生活中可观察到的事实，影响着我们每个人，谁也不例外，无论他知道与否。

你在前面学到，那些传奇武士很善于观察事物，并且在他们所观察到的范围内，看待事物运行的方式也是用同样客观的眼光。他们相信，应该尽量遵守这些明显的自然法则，接受它们的约束。很明显，交易员也同样应该如此。虽然按照常理，交易员应当通过观察，从而形成对市场的看法，但很多尚未开悟的交易员认为，市场应该服从他们个人的看法才行。肯定的，只有前者才能符合交易中的武士真道。

在交易市场中，除了这些可观察到的法则外，还有很多其他的自然法则和真理最终决定交易员以及其他金融冒险者的成败。按照逻辑，我们很值得去了解其他法则。而且在这些法则下开展行动，能给我们带来满足感和宽慰感。如果你从一座高楼跳下，不论是否知道万有引力定律，也不管你是否同意，几秒内，万有引力（至少是地球上的万有引力）就将让你变成楼下人行横道上的一团肉酱。当然，正常人是不会干这种事的。为什么？因为通过对万有引力定律的了解和生活经历，他知道如果这么做，后果将十分严重。

明白宇宙法则

对交易员和其他金融冒险者来说，每天的交易活动总是充满不确定性，每走一步都可能带来灾难性的后果，然而，他们经常弄不明白为什么会这样。但是，这也说明了，为什么我们要学习武士极真之道——宇宙法则和真理之道。因为这样，在决斗时至少能让你多出几分胜算。除此之外，也能让你内心得到

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一丝平静。我在提出并评论这些宇宙法则时，你可能偶尔会想，噢，这个我知道，原来这不是什么新鲜的东西。如果是这种情况，那就把它当成一个重要的提示吧。但无论你做什么，请不要低估了特殊的法则和真理在全局中所起到的作用。所有法则都很重要……不仅对武士而言，对武士交易员而言更是如此。

极真之道的 10 项法则

虽然关于极真之道的题材和内容可以编写成一本书，但我把学习的重点浓缩为 10 项法则，因为这些法则与交易和金融冒险活动的联系最为紧密。如果你想对宇宙法则有更为广泛的了解，也可以阅读大量有关武术的经典著作，比如《五轮书》（宫本武藏）和《孙子兵法》（孙武）。在本书中，极真之道的 10 大法则包括：

1. 二元法则。
2. 循环法则。
3. 变化法则。
4. 选择法则。
5. 责任法则。
6. 惯性定律。
7. 动力法则。
8. 同步法则。
9. 表现法则。
10. 过程和行动法则。

你将发现，这些宇宙法则就像武士行动方案的六条要诀一样，彼此相互作

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

用，共同运作，但每个法则对全局都发挥着独特作用。因此，为帮助你学习和体会这些法则，我将对他们一一进行简要评述。这样，有助于你更好地理解其中的道理。

1. 武士二元法则

犹太-基督教传统认为："太初有道，道变成光。宇宙因此一分为二，形成光明与黑暗。"从太初伊始至今，万物的形成都归于二元对立。凡事皆依靠其对立物而存在，这是一条绝对真理。所以，在某种程度上，如果不是爱因斯坦提前创造了"相对论"这个词，你也可以用它称呼这种情况。没有白天，便没有黑夜；没有邪恶，便没有善良；没有后退，便没有前进；没有拉，便没有推。根据武士极真法则，没有阴（积极），便没有阳（消极）。

那么，这个法则对武士交易员有什么重要的意义呢？答案很简单。没有多头，便没有空头；没有损失，便没有利润；没有坏运气，便没有好运气；没有失败，便没有成功。行情没有上涨，便没有下跌，也许这一点对你的事业更加重要。因为没有涨跌的二元对立，市场根本无法存在。所以，下次市场走势与你的预期相反时，不要愤怒不已，因为这样毫无益处；相反的，你应该想：谢天谢地。幸亏市场还在，这样，我准备好后，就又可以进场了。

2. 武士循环法则

一旦出现二元对立，万物即以振动和波动的状态开始运动。根据这条自然法则，所有事物和状态处于周期循环之中，并可预测。这条真理给我们带来了福音：只要我们的行动遵循其他自然法则，那么武士循环法则就能保证，厄运过后自然会有好运。同样，在市场行情下跌后，必将出现上涨趋势。我相信，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你一定能想到其他类似的例子。

但重要的是，必须记住循环法则适用于所有事物、所有状况，包括你自己和你的情绪。恐惧过后，便会得到勇气；抑郁过后，自然便会得到抵消抑郁的希望和乐观。从哲学角度来看，意识到这种内在循环的存在，将对你大有裨益。有的人感觉自己的生活就像一个污水池，糟糕透顶。大部分这样的人只关注负面循环，看不到积极循环的存在，虽然后者存在的时间可能更短。这实在是他们的不幸。

对武士交易员而言，认识到循环法则存在（并且可靠），其真正价值在于，可以预见困难时期何时来临，并制定合适的计划，牢牢地坚持住；然后等到经济繁荣时期，再大胆出手。这令我想起一个例子：一个人坐在缓慢转动的旋转木马上，每个月都要经过一个装满钱的篮子。每次经过时，他只有 10 分钟的时间去尽量抓出足够多的钱，直到再一次够不着篮子。

如果这个人不懂得武士道，那他只会一屁股瘫坐在地上，抱怨生活多么贫困，命运多么悲惨。当装满钱的篮子突然出现在拐角处时，他会感到一阵措手不及，也来不及准备，只得急匆匆从篮子里抓几把钱了事。但是，武士交易员知道，装满钱的篮子（以及其他积极诱人的东西）最终还会转回来的。所以，他养精蓄锐，为下一次收获金钱时刻的来临做好准备。此外，他准备得越充分，警惕性保持得越高，木马旋转的速度就越快，篮子转回来的时间也越短！这个方法听起来不错，哈！

3. 武士变化法则

对于不会武士道的人，这个法则容易受到忽视。因为，一旦他们觉得当前生活舒适安逸，大部分人便会变得满足于此，而且看不到这样做的危害。暂时

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

享受这种安逸的生活本无可厚非，但让生活变得停滞不前，却有悖于宇宙变化法则。世界万物、所有状态和事件不断变动（循环）的本质，决定所有创造物（事实）都处于不断变化的过程当中。因此，你必须知道在变化法则下面，还有两条相互对立的法则，它们将对你影响重大。第一个是进化法则；第二个是它的"邪恶"对手——退化法则。

依据变化法则，事物总处于不断变化的过程中，但依据其下面的法则，事物或状态受到直接干预或关注，便会向前发展（进化法则）；反之，则会出现后退（退化法则）。而退化法则相对于进化法则，似乎有一个不公平的优势：退化的速度总比进化的速度快两倍。这就意味着，武士对于目前的处境和变化趋势，必须加倍小心和谨慎才行。

进化和退化的几个例子。我想到了 3 个关于变化法则的例子，你也可以亲自验证。第一个例子与健身有关；第二个例子与园艺有关；第三个例子则与如何处理人际关系有关，尤其是婚姻关系。

每次健身中断一周后，琳蒂和我总要再锻炼两三周时间，才能恢复原来的身材，为此，我们经常感到十分苦恼。因为这看起来实在是不公平，但不管怎么样，事实就是如此。根据自然法则，我们要么经常锻炼，提升身体素质，要么就眼看着自己的身材走样。换言之，正如一名圣贤曾经说过："不用则废"。

你在菜园里种过蔬菜吗？如果有，那在自家后院，你就能看到进化法则和退化法则上演龙虎相争的好戏了。为了能让菜园长出健康的蔬菜，你必须时常警惕那些隐蔽的掠夺者，以免它们侵略你的劳动成果。虫子、鸟类、干旱、病菌，还有别忘了杂草，这是每个菜园的头号天敌，它们都会经常占领你的菜园。只要你疏于照看菜园的时间达到一周，就得花费两三周的时间，才能让菜园恢复生长能力。

婚姻（以及其他人际关系）与身体或者菜园的情况并无二致。两个人最初

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

结婚是因为有共同的兴趣，并且彼此爱慕，相互尊重。但依据变化法则，我们总在不停地成长，经历着数不清的变化。对个人而言，这是有利的；但如果两人的变化出现不一致，那么这对婚姻的影响将是灾难性的。有时候，夫妻中有一方会进步，另一方则会待在原地，也有可能出现倒退。这样，他们之间就会出现分歧，然后越来越疏远。由于缺乏对变化法则的认识，他们还未意识过来，就已经走向法庭，宣告离婚。这种情况太常见了。

对武士交易员而言，变化法则传达出一个重要信息：牢牢地掌握交易基础知识的同时，乐于接受新的观点和方法。人无完人，对金融冒险者而言，尤其如此。承认自己总是有进步空间（包括你个人和你的做事方法），你就更有可能迈向成功，而不会倒退失败。

4. 武士选择法则

有什么样的选择，就有什么样的人生。选择给了你压力，也给了你机遇。

生命必须依靠自己，无论处境如何，总是有选择的余地。

很多人受困于周围环境，无法自拔，结果感觉无能为力，只能听天由命。但是，武士知道，生命必须依靠自己，无论处境如何，总是有选择的余地。

我给无数客户和学员提供过心理咨询，他们认为自己完全没有改变命运的能力。

我曾经听到有人说，自己陷入了一段糟糕的婚姻。我建议他们可以选择离婚，但他们下意识地回答我："噢，不行。我不能那样对他（或她）。"

我曾经拜访过有毒瘾的人，虽然身染毒瘾，但他们仍然住在城里破旧不堪、毒贩猖獗的社区。我建议他们搬到别处，免受周围环境的影响，但他们经常会

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

回答："为什么要搬家？这里本来就是我住的地方。"

也有交易员跟我交谈，他们在某个交易市场，或者在用某个交易系统的时候，总是不断亏损。我建议他们，也许可以换个交易市场，或者使用一个新的交易方法。这时，他们总是会说："但我就是喜欢这个市场"或者"我花费了太多的时间和金钱在这个系统，如果不用，就太划不来了"。不管怎样，他们都必须接受选择的结果，就像你和我一样。

作为武士交易员，一旦你开始了解并遵从选择法则，在生活和交易中，就能做到目标明确，积极主动，而不再是一名受害者。通过选择，你可以充分地利用每一天，每一个机会，正如武士真道所要求的那样。虽然，你不能控制影响生活的外在环境，但每当生活出现波澜，你可以作出自己的选择，予以回击。即便有时，因为有了这种选择的权力，偶尔会过于陶醉，结果作出的选择不尽如人意，但至少你还是自己命运的主宰者，在这种情况下，重要的是你能为自己的选择负起责任，然后继续前进。

5. 武士责任法则

在学习武士道的旅程中，我们已经携手走到这个阶段，我希望无须赘言，你也能明白责任的重要性。在逻辑上，责任法则是选择法则的自然延续。身为武士，你必须时刻准备好为自己的决定和行为付出代价。这么多年以来，我一直向学生讲授这个道理，正如当年，老师告诫我的一样。

如果你选择在停止训练一段时间后，回来继续锻炼，那么你得准备好忍受身材走样带来的巨大痛苦；如果你选择在感恩节大吃特吃，那么最好准备拼命节食、不停锻炼，以此抵消放纵食欲带来的后果；如果你选择外遇，最好准备接受事情败露后，面对无法避免的伤害和痛苦。当然，如果你把大部分钱都投

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

进一个“稳赚不赔”的项目，结果却损失惨重，你必须为自己的选择承担后果，并准备好重筹资本，东山再起。

在本书前面，我多次提到，这些年来，我遇到很多交易员，严重缺乏承担责任的能力和意愿。我敢肯定，这样不仅达不到预期目标，从长期来看，也会招致毁灭性的结果。在这种情况下，我最希望能唤醒这些人的自我责任意识，这也是帮助他们走向成功的首要目标。倘若你也需要这种唤醒，我希望责任法则能够大声清晰地传入你的武士意识中。

6. 武士惯性定律

在机械物理学领域，惯性定律规定：“静止物体总是保持静止”。但在武士极真之道中，惯性定律更倾向于指代麻木、懒惰，以及情感的屈从。与在循环法则中提到的坐在旋转木马上的人一样，没有练过武士道的人只会瘫坐在地上，抱怨事情为什么会这样。根据惯性定律，坐在地上什么也不做，时间越久，就越可能这样——什么也不做。因此，惯性定律完全可以作为提醒和警告：警告人们，拖延得越长，情况就越危险；而且时间一旦失去，就永远不会再有。

武士恢复真道之一，便是针对失败过后，对可能出现的情境和情绪惯性，采取行动，保持自信。为了让你找回自信，重回战场，我们可以再次借用机械物理学领域的知识。

我们都知道，要想把载满砖块的货车往前推动 3.6 米，在前 0.3 米消耗的能量是后面 3.3 米消耗能量的 9 倍。为什么会如此？因为货车一旦开始移动，就说明已经克服了惯性，而此时动力法则开始发挥效用。这对武士来说，真是一个好消息。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

7. 武士动力法则

“运动物体总是保持运动。”这是机械物理学对动力法则的定义。但武士极真之道给出的定义是：“进步中的武士，进步更大”。在短时间内聚集能量，战胜惯性的负面影响，就能在情绪上和当时的情境里产生动力。比如，开始一项健身计划，来到健身房的第一天是最艰难的（惯性）。但一旦开始，接下来就会越来越容易（动力）。同样的，写作这本书，最难的就是前言。之后，就变得越来越轻松，也越来越有趣。

> **在短时间内聚集能量，战胜惯性的负面影响，就能在情绪上，和当时的情境里产生动力。**

遭遇失败后，动力法则能让你相信，一旦回归正轨，事情就会看起来更好、感觉更好，也会变得更好。这将给你提供必要的动力和刺激，从而产生让你东山再起的精力和能量，并与世间万物和谐共处，这也是同步法则要阐释的内容。

8. 武士同步法则

由于缺少对现实的三维感知能力，没修炼过武士道的人，很容易把自己和世间万物区分开来。但在此刻，我希望这么多的故事、例子、实验和课程，能够帮助你们这些初露头角的武士交易员，换一种眼光看待万物。把自己和宇宙区分开来，就等于在生命和交易游戏中，完全把自己局限于软弱无力的小喽啰或玩偶的角色。相反，如果把自己看作现实中缺一不可、无法分割，且不能被遗忘的一部分，就能重新获得你们天生、无可争议的角色——万事万物围绕的“中心”。

在静修课程中，我见过的在交易员身上发生的最大转变之一，就与同步（或同一）法则有关。这个交易员是那种坚韧务实的人，祖孙三代都是棉农和棉花期货交易员。在周末，他多次与我和其他交易员交谈。从中我得知，多年来，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

他的家族（包括他父亲、祖父，以及曾祖父）在棉花市场的各个环节都很成功，从种植、收割、轧棉，直到在国际市场交易，都做得有声有色。

但是，尽管他与棉花有如此紧密的联系，但从“同一”的角度来看，却从未觉得与这种商品有过任何“联系”。然而，在与我相处的3天里，随着他打开心扉，感悟也开始增多，对棉花市场冷酷务实的看法也慢慢化解。对于这种变化，我一直在旁饶有兴致地观看着。

我们喜欢叫他“棉花先生”。而高潮发生在“棉花先生”坐在急流的瀑布下冥想之时，这也是训练课程里的最后一项“挑战”。当他从奔流不断的瀑布下走出来，这个原本坚韧务实的交易员径直朝我走来。当时我坐在一块岩石上，一切尽收眼底。他坐下来，开始吞吞吐吐地对我说，在水里的时候，他产生了一种“幻觉”或者说是心灵的顿悟。他继续解释道，为了忍受瀑布的重量和冲击（顺便说一句，瀑布其实并不大，但坐在瀑布下就会有这种感觉），他发现必须与瀑布“融为一体”，这也正是他进瀑布前，我所预料到的。

但令他惊奇的是，在“同一”体验中，他的脑中突然产生了无数念头、画面和感觉，并且全都是关于棉花市场的。他说，有生以来第一次，他认识到市场是“一个充满生机的、活生生的东西”，并且与之密不可分。毋庸置言，自此以后，“棉花先生”把家族生意打理得更加红火。

认识和遵守同步法则，就要看到万事万物、各种事件以及状态之间的统一以及和谐关系。只要你放开心态，认同这个法则，就会发现更加不会把同时发生的事件称为“运气”或“巧合”。虽然可能由于受限于人类的资质，你无法完全理解这些事情之间的关联性，但你一定知道有一种万能的力量，能不断地创造出你经历的各种事实来。并且，根据表现法则，你也通常参与了这个创造过程。

> **有一种万能的力量，能不断地创造出你经历的各种事实来。**

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

9. 武士表现法则

在这条强大的宇宙法则中，包含的信息十分简单，但对从未接触过这方面信息的人而言，却难以轻易理解。小时候，大人教我们相信宇宙的创造力量，力量源自于宇宙的某个地方。但这种观念与事实相去甚远。正如我在前面所说，人类所知的每一种宗教教义（包括犹太-基督教教义）都宣称："天国在你心中"以及"心里想什么，就能创造或变成什么"。（参见第十章）因此，表现法则中的道理可以归结为下面这条我们都听过的简单劝告："祈祷前一定要三思，因为它很可能会实现。"

武士知道，思考和想象中拥有的力量和潜力，同锋利无比的武士刀刃一般。他也知道，形而上层次的想象力是宇宙创造力的一个不可分割的部分。他的个人经历也证明了这一点，因此会习惯性地把注意力导向他所期望的方向，而不会在不经意间表现出这种力量，以免带来"坏运气"或自取灭亡。

对于你这样的武士交易员而言，情况也恰好如此。利用表现法则的这种巨大潜力，你可以有意地（轻而易举地）吸引或创造出你所需的各种不同的物体、事件、环境和机会，从而让生活变得更加丰富多彩、充实满足，特别是当你采取循序渐进、积极主动方式的时候。这也正是过程和行动法则要讲述的内容。

10. 武士过程和行动法则

在我讲述的10条法则中，这条是其中最实用的，当然也可以运用到我们所学课程的任何地方。之所以这么说，是因为过程和行动法则对于如何处理事情，以及发挥潜能开始行动具有普遍指导意义，而不会只是在脑子里想想而已。

"过程"是指拿到一个大任务以后，把它分解成若干细小、更容易控制的小任务。我们可以参考之前使用过的一个类比：盖房子时，没人可以在一周内建

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

成一栋楼。在这之前，当然需要规划，并在规定的时间范围内认真执行。同样，你也不要指望一夜之间就能变成一个优秀的交易员（尤其是一名优秀的武士交易员）。因为在这个过程中，需要自我剖析、仔细规划、刻苦练习，当然，还要有一段合理的时间，才能最终实现目标，享受成果。

过程法则决定了，必须把每一项有意义的事业看成一个过程。练习交易中的武士真道更是如此。同样的，过程和行动法则会让你意识到并记住，每一段旅程都是一步一步走出来的，只要你开始行动，迈开脚步，你一定会到达目的地——我们称为“超越”和成功。

这也让我想在最后多说几句。封建时代日本的传奇武士大声呼吁，积极行动是从知识中获益的唯一方式。有一句古老的禅语是这样说的：“知而不行则一事无成，知行合一才是智慧”。因此，我鼓励你们记住这句格言，并连同 10 条法则的内涵寓意以及书中的其他知识，一起铭记于心，通过日常修炼，将它们转化为武士智慧。当然，从现在开始是最好不过的了。

交易中的武士道

毫无疑问，极真之道的各个法则如同万有引力一般，以各种方式影响着我们。但如果每条法则，我都要讲一个真实故事的话，那完全可以另外编成一本书了。然而，我可以给你们讲一个与我打交道长达两年之久的人。通过他的故事，你或许可以了解极真之道的现实意义。

我最初遇见 C · K 先生是在卫生间里。当时，我得知他是一名投资银行家，他所在的公司就在我的办公室附近。在我们多次“方便咨询”（他是这么说的）中，我了解到他是个十分悲观的家伙。事实上，他口头禅是“生活糟透了，人终有一死。”不知多少次，在听到这句话从他嘴里冒出来后，我决定开始战略性

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

地干预——就想看看会不会让他有所改观——我开始一步一步逐渐地把他领进武士极真领域。

在接下来的几个月里，我引用武士道中的格言和智慧，来“对付”他的牢骚和抱怨，慢慢地，C·K先生有了明显的回应。事实上，只要我的工作中有间隙，他就会主动来找我。而我在他身上所看到、听到的，也着实有趣。

我最初注意到的变化是，他开始说：“股市会上涨也会下跌的”或者“股市下跌但最终肯定会上涨的”。至于说哪句，得取决于当天的股市行情对他的影响了。这说明，他开始承认二元法则和循环法则了。

接着，C·K先生开始时不时地说：“我要离开这个垃圾债券行当”以及“也许我应该回学校做些有益的事，不要活得这么累”。这说明，他开始接受变化法则、选择法则和责任法则了。而且很明显，他以前的悲观和失落感也慢慢消失了。

最后，在琳蒂和我的不断怂恿下，他开始同我们一起健身，一周两三次，这让我与他之间有了更多的开心时光。在我们一起锻炼后不久，他又报了当地一所大学的夜校，攻读商业金融学位。几周后，他告诉我“不管是锻炼还是上课，刚开始的时候，感觉太难了”，但是“坚持下来，就感觉越来越容易”。这说明，C·K先生发现了惯性定律和动力法则的道理。

不用说，C·K先生和我成了很要好的朋友。在我们闲下来的时候，他告诉我，他的运气开始慢慢变好了！不仅人脉更广，商机更多，他甚至发现现在的人际关系非常令他满意，再也没有像以前一样“每月都会出现莽撞愤怒”。他还不好意思地说，不知怎的，他感觉“无意间就能吸引到美好的事物和善良的人”，而在以前，这种状况从未有过。你瞧，C·K先生身上正上演同步法则和表现法则的奇迹呢，同时，他也体验到了这两者的可靠力量。

后来，他真的辞去了证券交易的工作，娶了梦寐以求的女人，搬到伦敦（他妻子出生于此），在一家有名的企业从事黄金期货交易。坦白说，我不清楚他目

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

前的状况如何，因为他远迁后，我们就失去了联系。但身为一名富有经验的老师，也教过无数类似C · K这样的学生，我的直觉告诉我，他现在过得很不错。我也相信，过程和行动法则的道理对C · K先生而言，也会是显而易见的，特别是当他回忆起这些给他带来幸福、满足和成功的法则和方法时。或许，如今他就正在运用交易中的武士极真之道，享受它们带来的果实。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十五章

交易中的武士道

武道传奇

鄙人宫本武藏，出生于日本本州岛播摩的一个武士家庭，现年逾六旬。多年来，本人一直修行二天一流。如今，我头一次将自己的体验付诸笔端。

自年少始，我便潜心练习武士道，13岁参加第一场决斗。自此，战绩斐然。年至30岁，我开始回忆过往，并领悟到，过去的胜利并非我已获得剑道秘籍的缘故，而全赖于日复一日的修炼，加深了对武士真道的理解。因而，年近半百之时，终于悟出武士真道——武士兵法。

兵法乃武士必修课程。然而现如今，少有武士潜心修炼兵法。谈及如何掌握兵法，方法实则众多。佛陀之道，可拯救灵魂；儒家之道，可开启智慧；行医之道，可治愈病体。至于箭术、音乐、诗歌、茶道、经商……种种其他艺术、技能，数不胜数。纵观各行各业，愿真心投入修炼兵法者实乃少之又少。

众所周知，坦然接受可能的损失，以及不可避免的死亡，方可实现武士道。武士则只需考虑损失和死亡的时间，以及方式。然而，并非只有武士可以做到坦然接受，牧师、女人及任何从事交易者，皆可在做到坦然接受后获得力量。倘若义务使然或蒙受侮辱，他们也可以选择以性命相抵。

不论职业如何，修行兵法，须牢记兵法之本在于铸造坚韧不拔的精神和钢

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

铁般的意志，并可完全掌控自己的心态。此外，武士应坚信，既然心意已决，便绝不容失败。不论是单打独斗，抑或面对几个敌人，只有胜利才能为主人立功，为自己正名。而拥有兵法，方能实现这些壮举。

有人说，纵使掌握了武士道，也毫无实际用处。但本人在此证明，不论何时、何地、何事，武士兵法皆可适用。

宫本武藏，约 1640 年

简述交易中的武士道

我参加过无数与交易有关的会议和研讨会，演讲期间，不断有人要我用几句话概述交易中的武士道。而我总会用事先准备好的回答："就是将武士的训诫、耐心、接受和简单的心态融于一体，运用在生活和交易中。"听到这个回答，人们总会礼貌地点点头，发出赞同的声音。但我深知，其实他们并不了解这句话的真正含义。毕竟，这种场合给演讲者的时间只有 30~60 分钟，在这么短的时间内，怎么可能做到深刻了解呢？然而，他们的提问都是真诚的，也真心想对交易中的武士道有更多的了解。

我写作此书的目的，不仅是为了给参加静修的学员提供一个获取这方面知识的途径，以便让他们更好地为训练作准备，更是为了给与会人员提出的问题提供一个全面综合的回答。下一次，当他们带着充满疑惑和希望的眼神走向我时，我可以热情地握着他们的手，为他们的坦诚喝彩，然后将此书递给他们，自信地说："这就是交易中的武士道。"从本章开头节选自《五轮书》的内容可以看出，即便是日本史上最负盛名、最受人敬仰的武士宫本武藏，也认为武士道可以适用于任何场合或任何职业，即使交易也不例外。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

武士交易员的一天

为了运用所学内容，也便于日后学习，我将帮你们安排每天的训练。为此，我认为应该给你们看一个例子，让你们知道武士交易员是如何度过每一天的。我在前言提到过一位交易员朋友，当然，没有比他更适合的例子了。

你可能记得这位名叫R·K的朋友，最初把我带到了这个充满挑战和刺激的行业，让我可以帮助那些从事股票、期货和商品的交易员。对此，我十分感激。在此，简要呈现R·K先生一天的安排，不仅是为了你们的需要，同时也是为了对他兢兢业业（当然也是硕果累累）运用本书中的武士道表示感谢和赞赏。

早睡早起

通常，R·K先生的交易日在太阳还未升起时，就已开始。醒来后，他起床来到一个特殊的地方，这一隅是特意为冥想而准备的。他坐好，开始练习腹式呼吸。几分钟后，他开始想象今天这个交易日会有哪些机遇，并提醒自己交易是一种“艺术”，执行交易时就要带着这种眼光。同时，他也告诫自己，利润只是交易的副产品而已，当天交易时运用的每一种交易“技巧”，纯粹只是为了“让艺术臻于完美”，除此之外，别无其他！

冥想结束后，R·K先生会进行适当的运动，有时慢跑，有时在跑步机上走走。运动的时候，保持身体竖直，围绕合一点保持聚合意识，并让重心下移。为了充分锻炼心肺（和精神），他总会进行有氧锻炼。随着运动方式不同，运动时间也可能会出现差异，但通常，他每天用于锻炼的时间在半个小时左右。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

好的饮食才有好的表现

健身之后，他会休息一段时间。然后，R·K先生会享用一顿清淡的早餐，包括水果，以及富含高蛋白、高纤维的麦片。他知道，要想有最优秀的表现，就必须给身体提供合适的营养。并且一日三餐，都应如此。

在享用的过程中，他还有意地练习用心之道，并且做到均匀而有规律的呼吸放松，这也让他能体会到食物的美味和口感。吃完后，他回到冥想处，用大约15~20分钟的时间练习坐禅冥想（注意力集中于呼吸，并清除杂念）。

回顾“战斗计划”

早上6点前，R·K先生已经坐在交易办公室了。他的办公地点离家不远，坐落在一个普通的社区。我十分欣赏他对办公环境的选择，对此，很多交易员都会忽略，一个好的环境对工作的重要性。在道场训练的时候，R·K先生就知道“素雅”的环境最有利于武士调整心智和心灵的状态，以应对战时的残酷和挑战。

45~60分钟，他重点回顾前一交易日的行情和交易记录，让他的直觉（靠他的交易技能和经验积累）来“感觉”开盘走势如何。

决斗开始!

开盘后，他坐在3台显示器前，身体挺直坐在椅子中央，观察市场的一举一动。他有意让周围的环境保持安宁静谧的气氛，以便让大脑也保持这种状态。在电脑后面的墙上，他随时可以看到一把锋利的武士刀，这是他在道场训练时，我赠送给他的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我经常将不同的武士纪念品送给跟我学习武士道的交易员，比如一把正宗的武士刀，就是为了提醒他们注意交易市场的残酷和现实。除了这把武士刀以外，我还送给C·K先生一棵盆栽树，就放在刀旁的书架上，提醒他真正武士道精神中蕴涵的禅意。他也知道，在获利机会出现前，必须利用武士的耐心和内心的平静压制住内心的冲动。

重聚合一点，清除杂念，集中精神

每隔1个小时，R·K先生就会站起来，活动一两分钟，以避免久坐带来的心理和身体上的疲劳。回到座位后，他会重复腹式调整和腹式呼吸的练习，将气吸入丹田，让身、心、灵三者再次合一。有时候，在午盘中段，他会练习10分钟的坐禅冥想。他说，这样能帮助他“清除（早盘过程中产生的）心理或情绪上的杂念”

遭遇损失，快速恢复

他告诉我，倘使遭受重大损失，就会选择结清头寸，暂时离开办公室。这段期间，他会出去走走，通过净心训练，让情绪和精神得到净化和恢复，而净心这种传统的武士方法在第十三章中有过具体阐述。他说，通常十之有九，在半个小时以内就能恢复，然后准备回去“再来一次”。

日影西沉，一天结束

交易快结束时，无论获利与否，R·K先生都会记录下当天的市场行情，并

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

将图表清单打印出来，以供第二天参考。然后，他离开办公室。回到家后，再次来到冥想的地方，练习坐禅 15~30 分钟。之后，他会将今天所发生的事情完全“清空”。这样，他便能与美丽的妻子共同度过一段快乐时光，在夜晚尽情享受天伦之乐。

上床睡觉前，R · K 先生会回顾一下当天的交易记录。然后花 3~5 分钟，练习腹式呼吸，这次完全是为了放松，让身心为安然入眠作好准备，以便恢复元气。有很多次他都发现，在腹式呼吸前回顾笔记，可以让自己在睡眠中，无意识地想出白天所思考问题的答案。

除了每天的日常作息，把武士道运用到生活交易当中，他每周都会重读一节禅心静修训练手册（对你们而言也许就是本书），提醒自己如何用适当的方法看待武士动机、自我认知，以及生活的目的。这也促使他多花心思，将武士行动方案和极真之道中所蕴涵的真理，牢记于心。

最后的评论和告别前的希望

至此，我们已经看完了R · K先生的一天，我认为无论是生活上还是交易中，他都是运用武士道的成功典范。我知道在我们一起学习的过程中，我提供了大量的信息、概念和思想，需要你从中理出头绪。但我相信，一段时间后，经过你的潜心修炼和体悟，你将同R · K先生一样，发现武士真道其实真的内容简单，条理有序。但这都必须靠你自己发现并将他们融入到你的价值体系中。我真心希望你们能花时间和精力，做到这一点。为了帮助你们完成这项使命，我想奉献一个我喜欢的禅道故事，作为给你们的最后智慧，也作为本书的结束语。

曾经，有一条小鱼，好奇心很强。一天，它问一条睿智的大鱼：“长辈们常说的‘大海’在哪里呢？”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

大鱼答道："为什么这么问，大海无处不在啊，它就在你的呼吸中，让你不断获得新生。"

小鱼又问道："那么，为什么我从来没见过呢？"

这条睿智的大鱼答道："因为它离你太近……几乎成了你身体的一部分……很多人看不到它的存在，即使周围到处都有证据表明它的存在。"

"噢，我懂了，原来我就活在大海里。"小鱼顿时得到启发，明白了这个道理。

在追寻武士真道的旅途中，必须将训诫、耐心、接受和简单的心态融于一体，而这个旅途并不平坦。但如今，你已经掌握了海量的知识和信息，它们能让你顺利到达目的地，只要你用武士的双眼，打开心怀，就能看见那些缺乏知识、仍未开悟的人所看不见的风景。现在，我将跟你说再见了，我带着微笑，带着希望，还有衷心的祝愿，正如《星球大战》中未来武士欧比万 · 肯诺比对他的爱徒卢克 · 天行者说的那样："愿力量与你同在。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

•致谢• THE WAY OF THE WARRIOR-TRADER

在此，我要感谢几位杰出的工作者和公司。若没有他们，就没有本书的出版。

首先，我要特别感谢瑞克·诺克斯，汤姆·约瑟夫以及培训技术公司。感谢他们让我了解到金融交易员对武士道学习的需求。同样，还要感谢美林证券的约翰·甘比诺、道琼斯德励财经公司的蒂姆·斯莱特，以及创世分析数据公司的格伦·拉森，感谢他们对本书的信心，也感谢他们向全球交易行业推荐本书。

其次，我要感谢前来参加禅心静修课程的学员们，他们都以杰出的职业精神积极投入，极富热诚。感谢他们在各自的领域为我推荐和宣传本书。

再次，我还要由衷感谢麦格劳–希尔公司。他们为本书的编辑提供了协助。也要感谢他们认同本书对于交易员们的潜在价值。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

金融投资·无论形势诡谲，唯有经典不变

McGraw-Hill
全球智慧中文化
http://www.mheducation.c
上架建议◎投资
ISBN 978-7-5086-38
9 787508 638539
定价：48.00元